ॐ

सन्ध्यार्थ दीपिका.

(પ્રયોગ, વિધિ, મંત્રાર્થ, સ્પષ્ટીકરણ)

અને

રહસ્ય સાથે.

લેખ સંયોજક

ગણપતિશંકર જયશંકર શાસ્ત્રી.

વડાલી મોટામાં સંસ્કૃત પાઠશાળાના

સંચાલક—સ્વસેવક

સંવત ૧૯૭૮ અ૦ જયેષ્ટ પૂર્ણીમા   પ્રત ૫૦૦

ધી ગુજરાત પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શાહ સોમાલાલ મગનલાલે

છાપ્યું ઠે. પાચકુવા ચારરસ્તા—અમદાવાદ.

મૂલ્ય ૦-૧૦-૦

શુદ્ધિ પત્ર.

અશુદ્ધ.	શુદ્ધ.	પાનું.	લીટી.
અધ્ય	અર્ધ્ય	૧	૧૨
ક્રમ	કામ	૨	૭
કમફલ	કર્મંડલ	૨	૧૪
જાઇએ	જોઇએ	૨	૩૨
સવે	સવે	૩	૧૨
નિત્યા નયમ	નિત્ય નિયમ	૩	૨૦
આરાધાન	આરાધન	૪	૧૬
આસન નિધિ	આસન વિધિ	૪	૨૭
શાપાવમેાચન	શાપ ાવમેાચન	૫	૯
સવે	સર્વે	૫	૧૮
સિવાય	શિવાય	૫	૨૨
,,	,,	૬	૧૩
વતન	વર્તન	૬	૨૬
યેાગયતા	યેાગ્યતા	૬	૩૨
થઇ થઇ	થઈ	૭	૨૧
વિશતિ	વિશાત	૮	૨૨
વ્યથ	વ્યર્થ	૯	૪૧
દવા	દેવેા	૯	૪૧
પવ	પર્વ	૯	૧૧
આતશય	અતિશય	૯	૩૦
આનિક	આધુનિક	૧૧	૪
ામનિટમાં	મિનિટમાં	૧૩	૨૭
ૐ મૂ. સદર "ભૂ" નકામુછે	૦ (વધારાનું છે)	૧૬	૨૬
ાવશ્વામિત્ર	વિશ્વામત્ર	૧૭	૧૯
मयोमुखः	मयोमुख्	૨૦	૨

અશુદ્ધ.	શુદ્ધ.	પાનુ.	લીટી.
आप	आप	२१	३
वय	वय	२१	४
दिवपूत	दिवपूत	२१	५
पविश्रेणे	पवित्रेणे	२१	५
तम	तम	२३	[illegible]
देवत्रा	देवत्रा	२३	[illegible]
सूर्य	सूर्य	२३	[illegible]
जातवेदस	जातवेदस	२४	१
वहन्ति	वहन्ति	२४	१
ह्वरुण	ह्वरुण	२४	३
शत ॅ	शत ॅ	२५	२
भूय	भूय	२५	३
मना	मना	२६	३
धृष्ट	धृष्ट	२६	३
देय	देव	२७	१
ओम	ॐ	२७	५
અષ્હા	અષ્ટા	૨૭	૭
જાઇએ	જોઇએ	૨૭	૮
जणक	जनक	२८	३
ઓળખવાનુ	ઓળખાવાનુ	૨૯	૪
વિવત	વિવર્ત	૨૯	૨૧
સર્વની	સર્વથી	૨૯	૨૯

અશુદ્ધ.	શુદ્ધ.	પાનું.	લીટી.
वरेण्य	वेर्येण्य	૩૦	૧
સ્વાભાવક	સ્વાભાવિક	૩૦	૨૨
માવતા	સવિતા	૩૧	૪
ભગ	ભર્ગ	૩૧	૧૬
દેવાથી	દેવોથી	૩૧	૧૫
ત્રિષ્ટુપ	ત્રિષ્ટુપ્	૩૧	૧૮
શાલૈ	શીલૈ	૩૨	૧૦
જાણે	જાણે તે	૩૩	૧૪
વિગર	વિગેરે	૩૪	૧૬
યામાં	માં	૩૪	૧૬
यतपर्व	यतूपर्व	૩૫	૩

સંધ્યોપાસનાના તાત્વિક અર્થ

શુદ્ધિ પત્ર,

અશુદ્ધ	શુદ્ધ	પાનુ	લીટી
વાધ	વિધિ	૧	૨
મમ્‍જક્	सम्यक्	૧	૧૪
ગાણ	ગૌણ	૨	૧
પ્રાતિપ	પ્રાપ્તિ	૨	૬
सन्धि	सन्धि	૨	૧૦
વી	કેવી	૧	૩૮
ખેાડ	ખેાટ	૪	૬
બૂદ્ધિ	બુદ્ધિ	૪	૮
ચિત	ચિત્ત	૪	૧૬
ભૌતક	ભેાતિક	૪	૨૮
ભાતિક	ભૌતક	૫	૫
બાદ્ધિક	બૌદ્ધિક	૫	૫
જન્મમા	જન્મમાં	૫	૨૮
બાધ્ધિક	બૌધ્ધિક	૬	૧
ण्डमल	मडल	,,	૩૧
घृत	घृत	૭	૨
ચક	ચક્ર	૭	૩
બનલુ	બનેલુ	૭	૪
કારણુ	કારણ	૮	૧૩
આવ છે	આવે છે	૮	૨૯
म्क्रूरा	क्रूरा	૧૧	૧૦
કુરે	ક્રૂરે	૧૧	૧૨
સષ્ઠિમાં	સૃષ્ટિમાં	૧૨	૩૧
વિકારોના	વિકારોની	૧૩	૯

અશુદ્ધ	શુદ્ધ.	પાનું.	લીટી
નિવિકાર	નિર્વિકાર	૧૩	૧૦
ह्रिम्न	ह्रिम्न	,	૧૧
स्तत् प्राप्य	स्तत्तत् प्राप्य	,,	૧૨
प्रतिष्टिता	प्रतिष्ठिता	,,	૧૩
જોડાથી	જોડાથી	,,	૨૧
પ્રાત્પિ	પ્રાપ્તિ	,,	૨૨
गच्छश्य	गच्छन्त्य	,,	૨૫
निर्द्व न्द्वा	निर्द्वंद्वा	,,	૨૨
ઉત્પતિ	ઉત્પત્તિ	૧૪	૧૯
कर्म	कर्म	૧૪	૨૬
सर्वे	सर्वं	૧૪	૨૬
जेगुंणे	जेगुणे	૧૪	૨૮
ચિત્વેનુ	ચિત્વેલુ	૧૫	૧૮
स	समे	૧૫	૬
બ્રહ્મનદ	બ્રહ્માનંદ	૧૫	૨૦
માનશીક	માનસિક	૧૫	૨૪
ભાતિક	ભાતિક	૧૬	૧૨
वृति	वृत्ति	૧૭	૧
सिद्धति	सिद्धात	૧૭	૧૨
अथित	ग्रथित	૧૭	૧૨
प्रवण्क्षामि	प्रवक्षामि	૧૭	૧૨
સદાચારણુ	સદાચરણુ	૧૭	૧૫
भनिरामिष	निरामिश	૧૭	૨૨
शशय	सषय	,,	૨૩
માયાએ	એમાયાયે	૨૧	૧૦
ब्रह्मैव भति	ब्रह्मैव भवति	૨૨	૭
श्वेव	ह्वेव	૨૨	૧૯
અદ્ધત	અદ્વૈત	૨૬	૧૫
मरुतसुत	मरुत्सुत	૨૭	૧૩
માર્ગ	માર્ગનુ	૨૮	૧૨

અશુદ્ધ	શુદ્ધ.	પાનું.	લીટી.
ત્વમાય	વ્યવમાય	૨૯	૧
માભિન્યા	માવિગ્યા	૩૦	૨૬
रहह	रहरह	૩૧	૧૫
साह्नि	सह्जि	,,	૬
आम्य	आयम्य	,,	,,
अघान्त	अघान्त	,,	૭
आषिभ्रिवार्ग्यत	साविभ्रिवाग्यत	,,	/
मिग्यते	मिच्यते	,,	૯
ढुन्हे	कुन्हे	૩૨	૨૬
મેદ્દ	મેન્દ	૩૩	૮
वार्धरि	वारि	,,	૨૧
पिषेदमूरिश	पिबेदभूरिश	,,	,,
हिक्वा	हिक्का	૩૫	૨૦
भिताशन	मिताशन.	૩૬	૭
गुरुं	गुरू	,,	૮
भार्गेण	मार्गेण	,,	૮
अर्ध्वो	अर्घ्यो	૩૯	૮
साविभ्रि	साविभ्रि	૪૦	૧૮

ॐ तत्सत्

दैवीसंपद्विमोक्षायनिबंधायासुरीमता ।
महात्मानस्तुमांपार्थ दैवी प्रकृतिमाश्रिताः ॥

શ્રીમાન સ્વધર્મનિષ્ઠ ભાઈ નર્મદાશંકર ગુલાબરામ,

મુ ગોતા

હું પરીચયથી જાણી શકયો છું કે આપ નાની વયથી ધર્મનાઅનુરાગી, સત્યપ્રેમી વિદ્યાવિલાસી અને પરોપકાર કરવામા ઉદાર બુદ્ધિવાન છો. સ્વદેશમા રહી જાતમહેનતથી યથાશક્તી દ્રવ્ય પેદા કરી તેનો સદુપયોગ કરવા હમ્મેશા પ્રયત્નમાં રહો છો. સદર ગ્રંથ ધાર્મિક મૂળભુત હોવાથી તેપર દેવી સંપત્તિને અનુરૂપ પ્રેમ ધરાવો છો તેથી તે નિત્ય નિયમાર્થે ધર્મપ્રસાર માટે અનેક શુભાશિર્વાદ સાથે અર્પવામા આવે છે.

લી०

સંયોજક.

॥ ॐ ॥

॥ सन्ध्यार्थदीपिका ॥

॥ प्रयोगः ॥

*आचमनम्

१ केशवाय नमः २ नारायणाय नमः ३ माधवाय नमः ४ गोविन्दाय नमः ५ विष्णवे नमः ६ मधुसूदनाय नमः ७ त्रिविक्रमाय नमः ८ वामनाय नमः ९ श्रीधराय नमः १० हृषीकेशाय नमः ११ पद्मनाभाय नमः १२ दामोदराय नमः १३ संकर्षणाय नमः

---

*આચમનનો વિધિ.

આચમન એટલે જલપાન કરવુ આચમનનુ પાણી લેવા માટે ગોકર્ણાકૃતિ જમણા હાથનો ખોબો કરવો એટલે કે તર્જની આંગળી વાળીને અંગુઠાને મેળવવાથી 'ગોકર્ણાકૃતિ' થાય છે (ગોકર્ણાકૃતિ એટલે ગાયના કાન જેવી આકૃતિ)

આચમન માટે પાણી એક માસા જેટલુ હોવુ જોઇએ અગર અડદનો દાણો ડુબે તેટલુ હોવું જોઇએ

કેશવાદિ ત્રણ નામોનો ઉચ્ચાર કરી ત્રણ વાર આચમન કરવુ અને ચોથા નામનો ઉચ્ચાર કરી હાથ ધોઇ નાખવો અને વીસ નામ બોલતી વખતે જમણા કાને હાથ અડકારવો અગર હાથ જોડી બેસવુ.

આચમનના અનેક પ્રકાર છે શ્રૌત, સ્मार्त, પુરાણ અને લૌકિક વિગેરે છે

શ્રૌતાચમન એટલે પ્રણવ (ॐ) નો ઉચ્ચાર કરીને અગર વ્યાહૃતિનો

१४ वासुदेवाय नम १५ प्रद्युम्नाय नमः १६ अनिरुद्धाय नमः १७ पुरुषोत्तमाय नमः १८ अधोक्षजाय नमः १९ नारसिंहाय नमः २० अच्युताय नमः २१ जनार्दनाय नमः २२ उपेन्द्राय नमः २३ हरये नमः २४ श्रीकृष्णाय नम·

ઉચ્ચાર કરીને અથવા ગાયત્રી મંત્રનું ચરણ બોલીને આચમન કરવાનું કહેલું છે

કેશવાદિ ત્રણ નામનો ઉચ્ચાર કરીને ત્રણ વખત આચમન કરી હાથ ધોઇ નાંખવો અને બાકીના નામોનો ઉચ્ચાર કરી જુદા જુદા અવયવે સ્પર્શ કરવો તેને 'સ્માર્તાચમન' કહે છે

વળી ઉપર લખેલો પ્રકાર "પુરાણ–આચમનનો" પણ છે અને કેવળ ત્રણ વખત આચમન કરી જવું તેને "લૌકિક આચમન" કહે છે

"પૌરાણ આચમન" ના ઘણા પ્રકાર છે કેશવ, નારાયણ, માધવ, એમ સંબોધનવાળા નામો બોલવાં જોઇએ એમ કેટલાકનો મત છે

કેશવાય નમ નારાયણાય નમ માધવાય નમ એમ નમ અંત વાળાં નામો બોલવા એમ બીજાઓનો મત છે અને કેટલાક તો કેશવાયનમ સ્વાહા, નારાયણાયનમ સ્વાહા, માધવાયનમ સ્વાહા એમ બોલવાનું કહે છે વિગેરે જુદા જુદા પ્રકારો છે તે પૈકી હરકોઇ પ્રકાર સ્વીકારવામાં દોષ નથી. સર્વ સમ્મત અને વધારે રૂઢીમા આવેલો પ્રકાર ઉપર લખેલો છે

આચમન કરતી વખતે જમણો હાથ મોઢે લગાડી બ્રહ્મતીર્થે કરીને જલપાન કરવું (અંગુઠાના મૂળપ્રદેશને બ્રહ્મતીર્થ કહે છે) આચમન કરતી વખતે સાબડુકો મારવા જેવો શબ્દ કરવો નહિ જીભથી પાણી ચાટવું નહિ આચમનીથી પાણી પરબાર્યું મોમા ફેંકવું નહિ એમ કરવું એ સુધરેલું તોફાનજ ગણાય વળી ડાબા હાથે આચમનીથી પાણી મોમાં ફેંકવું એ કેવળ સંધ્યાનો ઉપહાસ નહિ તો બીજું શું?

કાંસુ, લોઢું, સીસું, કથીર અને પિત્તળના ધાતુપાત્રથી આચમન કરવું નહિ તામ્રપાત્રનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ અને તે સૌને સુલભ પડે તેમ છે અવશ્ય આચમની તો તાંબાની હોવી જોઈએ.

આચમન કરવાથી અંદરની ધમનીયો નરમ થાય છે તેથી શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા સારી રીતે ચાલવા માંડે છે અને મનનો ગભરાટ દૂર થાય છે. વળી તેમ થવાથી હરેક કર્મ કરવા માટે ઉત્સાહ પ્રાપ્ત થાય છે.

*प्राणायामः

ॐकारस्य ब्रह्माऋषिः गायत्री छन्दः परमात्मा देवता सर्वकर्मा-
रंभे विनियोगः ॥ ॐ सप्तव्याहृतीनां विश्वामित्र जमदग्नि भरद्वाज
गौतमात्रि वसिष्ठ कश्यपाऋषयः अग्नि वायु सूर्य बृहस्पति वरुणेन्द्र
विश्वेदेवादेवता गायत्र्युष्णि गनुप्टु ब्बृहती पाङ्क्ति त्रिष्टुब्जगस्त्य-

---

આચમન ઠંડા પાણીથી કરવુ જોઇએ ઉન્હા પાણીથી નહિ પાણી પરપોટા કે ફેણ વિનાનુ ચાખ્ખુ હોવુ જોઇએ, પાણીમા માટી કચરો અથવા બીજા કોઇ અપવિત્ર પદાર્થો ભળેલા હોય તો તે પાણી અપવિત્ર સમજવુ કોઇપણ કર્મને માટે પાણી લાવવાનુ તે બે હાથ વડે અથવા જમણા હાથ વડે લાવવુ જોઇએ, ડાબા હાથથી લાવેલુ પાણી અપવિત્ર ગણાય છે તેનુ કારણ કહેવુ પડે તેમ નથી

દ્વિરાચમન એટલે કેશવાદિ ત્રણ નામો બે વખત બોલી આચમન કરવાં જોઇએ અને આગળનાં એકવીસ નામો બોલીજવાં જોઇએ એમ કરવાથી દ્વિરાચમન થઇ શકે છે કોઇપણ કર્મના પ્રારંભમાં અને છેવટે તેમજ અર્ધ્યદાન આપ્યા પછી દ્વિરાચમન અને અંતર વખતે એક આચમન

ઉદકપ્રાશન કર્યા પછી આચમન પૂર્ણ થાય ત્યાં સુધી જમણા કાને સ્પર્શ કરવાનુ કહ્યુ છે તેનો હેતુ એ છે કે જમણા કાનમાં તીર્થો રહે છે અર્થાત્ તે પવિત્ર છે તેથી તેને સ્પર્શ કરવો જોઇએ વળી તેમ કરવાથી આચમનવિધિમાં કઇ ન્યૂનતા હોય તો તે દૂર થાય છે આચમનનું નિમિત્ત સામાન્ય હોય તો આચમન ન કરતાં જમણા કાને સ્પર્શ કર્યાથી આચમન કર્યા પ્રમાણે થાય છે

પ્રાણાયામનો પ્રકાર—પૂરક કુભક અને રેચક એમ ત્રણ પ્રકારે છે પૂરક એટલે શ્વાસ અદર લેવો, કુભક એટલે અદર લીધેલા શ્વાસને સ્થિર કરવો અને રેચક એટલે અદર લીધેલા શ્વાસને બહાર કહાઢવો.

પ્રથમ જમણુ નાક દાબીને ડાબા નાકે શ્વાસ અદર લેવો પછી બે નાક દાબીને શ્વાસ સ્થિર કરવો અને પછી ડાબુ નાક દાબીને જમણા નાકમાંથી શ્વાસ બ્હાર કાઢવો એમ કરવાથી એક પ્રાણાયામ થાય છે

स्छन्दांसि । तत्सवितु रिति विश्वामित्रऋषिः ब्रह्माग्नि वायु सूर्या-देवता द्विपदा गायत्रीछन्दः सर्वेषां प्राणायामे विनियोगः ॥ ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ मह ॐ जनः ॐ तप ॐ सत्यं ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्य भर्गोदेवस्यधीमहि धियोयोनः प्रचोदयात् ॥ ॐ आपोज्योतीरसोमृत ब्रह्मभूर्भुवः स्वरोम् ॥

હવે પ્રાણાયામ વખતે જે મત્ર બોલવો પડે છે તેના ઋષિ છદ અને દેવતા વિષે કહેવામાં આવે છે પ્રણવ એટલે ॐ તથા **भू** થી માડીને **सत्य** પર્યંત સાત વ્યાહૃતિ છે અને "**तत्सवितु**" થી માડીને **प्रचोदयात्** એ ગાયત્રી છે અને **आपोज्योति** વગેરે ગાયત્રી શિર કહેવાય છે

"પ્રણવ" એ મત્રના પરબ્રહ્મ ઋષિ છે પરમાત્મા દેવતા અને ગાયત્રી છદ છે અને **भूरादि व्याहृति** ના અનુક્રમે વિશ્વામિત્ર, જમદગ્નિ ભરદ્વાજ, ગૌતમ, અત્રિ વસિષ્ઠ કશ્યપ વગેરે એ સાતઋષિ છે. તેમજ અગ્નિ વાયુ, સૂર્ય, બૃહસ્પતિ, વરુણ, ઇન્દ્ર, વિશ્વદેવ એ દેવતાઓ છે અને ગાયત્રી, ઉષ્ણિક્, અનુષ્ટુપ, બૃહતી, પંક્તિ, ત્રિષ્ટુપ, જગતી વિગેરે છદો છે.

ગાયત્રી મત્રના વિશ્વામિત્ર ઋષિ, બ્રહ્મા, અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય, દેવતા છે, દ્વિપદા ગાયત્રી છદ છે

ગાયત્રી શિરો ભાગના પ્રજાપાત ઋષિ, બ્રહ્મા, અગ્નિ, વાયુ, સૂર્ય દેવતા છે, અને યજુ છદ છે એ ચારે મત્રનો પ્રાણાયામ તરફ વિનિયોગ એટલે ઉપયોગ છે

કર્મ કરતી વખતે મત્ર ઘણી વખત બોલવો પડે પણ ઋષિ દેવતા અને છદ એક વખત બોલવા જોઇએ એવો નિયમ છે તેથી પ્રણવથી માંડીને વિનિયોગ સુધી ઋષિ દેવતા અને છદ એક વખત બોલીને આગળ પ્રણવાદિ ચાર મત્ર પૂરક કરતી વખતે એક વખત, કુભક કરતી વખતે એક વખત અને રેચક કરતી વખતે એક વખત બોલવા જોઇએ એટલે એક પ્રાણાયામ થાય છે

હાલમા કેટલાક લોક **प्रवणवस्यपरब्रह्मऋषि परमात्मादेवता देवी गायत्री छद** એવી રીતે કેવળ પ્રણવના ઋષ્યાદિકનો ઉચ્ચાર કરે છે અને આગળ ગાયત્રી આદિ ત્રણ મત્રોના ઋષ્યાદિક બોલતા નથી તે ભૂલ છે તે ઉપરોક્ત વિવેચનથી સહેજે લક્ષમા આવશે.

પ્રાણાયામ એ કર્મકાડનો વિષય નથી તેનુ વર્ણન યોગશાસ્ત્રમાં

संकल्प.

(देशकालौ सकीर्त्य) ममोपात्तदुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वर प्रीत्यर्थं प्रातः सन्ध्योपास्तिंकरिष्ये ॥

अंबुप्राशनम्

सूर्यश्चमेति नारायण ऋषिः सूर्योदेवता अनुष्टुप् छंदः अंबुप्राशने विनियोगः

સંપૂર્ણ પણે છે તેથી તે યોગશાસ્ત્રનો વિષય કહેવાય છે આ કર્મકાંડના વિષયમાં પ્રાણાયામ સ્વીકારવાનું કારણ મન નિર્મળ અને એકાગ્ર કરવા માટે છે એ શિવાય બીજા કોઇ પણ સાધનથી મનની એકાગ્રતા થતી નથી ઉદરશૂલ, મસ્તકશૂલ, ઇત્યાદિ ભયંકર રોગોની વેદના થતી હોય તે વખતે પ્રાણાયામ કરવાથી તેટલો વખત વેદના શાંત થાય છે, અને મન સ્થિર રહે છે વળી ક્રમેક્રમે તે રોગો મટતા જાય છે પાણીમાં પડેલો માણસ પ્રાણાયામ કરી શકે તો તે ડૂબી જતો નથી

પ્રાણાયામ કરવાથી દશે ઇન્દ્રિયોના વિષયો તેને બાધ કરી શકતા નથી, કોઇ કર્મ તરફ પોતાનું ચિત્ત ચોટેલું હોય તે વખતે શ્વાસોચ્છ્વાસ મંદ રીતે ચાલે છે તે દરેકને અનુભવ છે, તો પછી બુદ્ધિપૂર્વક શ્વાસ નિરોધ કરવાથી ચિત્તની એકાગ્રતા થાય એ સ્વાભાવિક છે

યોગશાસ્ત્રમાં પ્રાણાયામના ઘણા પ્રકારો કહેલા છે તેમાંના હરકોઇ એક પ્રકારથી પ્રાણાયામ કરવો એ ઉપયોગી છે અને તેથી આપણા પૂર્વજોએ તેનો બધી જગોએ ઉપયોગ કરેલો છે

સંકલ્પનો હેતુ ભૂમિકામાં જણાવેલો છે પૃ ૨ માં જુઓ.

'અંબુપ્રાશન' અથવા મંત્રાચમનના નારાયણ ઋષિ છે સૂર્ય દેવતા છે અનુષ્ટુપ્ છંદ છે અને એ સર્વનો ઉપયોગ અંબુપ્રાશન તરફ છે

મંત્રાર્થ.

સૂર્ય ! ક્રોધ અને અવિવેકથી ક્રોધાધીન થઇને કરેલા પાપોનો નાશ કરી તેમાંથી મારૂં રક્ષણ કરો મન વાણી હાથ પગ પેટ અને ગુહ્ય ઇન્દ્રિથી

सूर्यश्चमामन्युश्चमन्युपतयश्चमन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो रक्षन्ताम् ॥ यद्रा- त्र्या पापमकार्षं मनसावाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना रात्रि- स्तदवलुम्पतु यत्किंचिद्दुरितं मयिइदमहमाममृतयोनौ सूर्ये ज्योतिषि- जुहोमिस्वाहा । ततो द्विराचमनं ॥

मार्जनम्—आपोहिष्ठेतित्र्यृचस्य सिंधुद्वीप ऋषिः आपोदेवता गायत्री छंदः मार्जनेविनियोगः ॥

ગઇ રાત્રિએ જે મે પાપ કરેલુ હોય અને તે રાત્રિની દેવતા જે અગ્નિ કે જે પ્રધાને કરીને સૂર્ય તે નાશ કરો તે ઉપરાંત બાકીમાં જે શેષ રહેલુ પાપ હોય તેનો અને પાપ કરનાર જે હુ તેનો અમૃતના ઉત્પત્તિ સ્થાન સૂર્યરૂપ તેજમાં હોમ કરું છું એમ બોલીને જમણા હાથની અંદર લીધેલુ આચમન કરવુ

બીજાનુ બુરૂ ઇચ્છવુ ચોરી જેવુ દુષ્ટ કામ કરવાની ઇચ્છા રાખવી વગેરે એ [1]**માનસિક પાપ** કહેવાય છે

ગાળો દેવી, જુઠું બોલવુ મર્મિક ભાષણ કરવુ એ [2]**વાણીનુ પાપ** સમજવુ

દુષ્ટ પ્રતિગ્રહ કરવો અને ચોરી કરવી એ [3]**હાથનુ પાપ** સમજવુ

બીજાને લાત મારવી નિંદાપાત્ર જગોએ જવુ એ [4]**'પગનુ' પાપ** સમજવુ

અભક્ષાભક્ષણ કરવુ તથા પીવા યોગ્ય ન હોય એવી વસ્તુઓ પીવી એ [5]**પેટનુ પાપ** સમજવુ

વ્યભિચાર—પરદારાગમન એ [6]ગુહ્યેંદ્રિયનુ સમજવુ

વિનિયોગ.

* **आपोहिष्ठा** એ ત્રણ ઋચાઓનુ સૂક્ત છે તેના સિંધુદ્વીપ ઋષિ છે ઉદક દેવતા છે ગાયત્રીછંદ છે એ સર્વનો ઉપયોગ માર્જન કરવા માટે છે

મંત્રાર્થ

(**हे आपः**) હે પવિત્ર જલો તમે (**मयोभुव –मयः सुखंभावयन्तिता**) સુખોને આપનારાં (**स्था –भवथ**) છો (**हि यत**) જેથી (**ता न –अस्मान्**) તે તમે અમોને (**ऊर्जे–रसाय अन्नायच**) તમારો રસ અનુભવવા માટે તથા અન્નાદિકની પ્રાપ્તિ માટે (**दधातन**) **સમર્થ** બનાવો **તેમજ** (**महे–महते महते तस्मै**) મહાન અને (**रणाय रण्यतेस्तूयते तस्मै**)

ॐ आपोहिष्ठा मयोभुवः । ॐ तानऊर्ज्जे दधातन ॐ महेरणायचक्षसे । ॐ योवः शिवतमोरमः ॥ ॐ तस्य भाजयतेहनः । ॐ उशतीरिवमातरः । ॐ तस्माऽअरंगमामवः । ॐ यस्यक्षयायजिन्वथ । ॐ आपोजनयथाचनः ॥

રમણીય એવા (**चक्षसे-चष्टेसर्वेयेनइतिचक्ष तस्मै**) બ્રહ્મદર્શન માટે યોગ્ય કરો અથવા સુંદર દેખાવવાળા તેજસ્વી બનાવો

ભાવાર્થ—સર્વ સુખોને આપનાર હે પવિત્રજલો, તમે અમોને તમારામાં રહેલા અનેક પ્રકારના રસને અનુભવવા માટે તથા અન્ન ઇત્યાદિક પોષક પદાર્થોની પ્રાપ્તિ માટે સમર્થ બનાવો વળી એાને પૂજ્ય મહાન્ રમણીય અને જે ઉત્કૃષ્ટ છે એવા પરબ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે અધિકારી બનાવો વળી અમે સુંદર દેખાવવાળા-તેજસ્વી બનીયે એમ કરો છાંદોગ્ય શ્રુતિ કહે છે કે **यस्मिनज्ञातेसर्वं विज्ञातस्यात्** જે બ્રહ્મદર્શન થવાથી સર્વ પ્રકારનું જ્ઞાન થાય છે એ હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે જલતત્વના દેવતાની પ્રાર્થના છે ॥૧॥

(**य व**) જે તમારો (**शिवतमोरस**) અત્યંત શાંત રસ છે (**तस्य**) તેના (**इह**) આ લોકમાં (**उशती**) પ્રેમ રાખનારી (**मातर इव**) માતાઓની પેઠે તમે (**न**) અમને (**भाजयत**) ભોક્તા બનાવો

ભાવાર્થ:—જેમ પુત્રપર વહાલ રાખનારી માતા પ્રતિપ્રસંગે તેને સ્તનપાન કરાવે છે અને જેમ તેનું સર્વથા કલ્યાણ ઇચ્છે છે તેમ હે જલદેવ તમે અમને તમારો શાંત અને મધુર રસ પાન કરાવવા અનુકૂળ થાઓ અને આરોગ્ય વધારો.

(**च**) અને (**हे आप**) હે જલદેવ (**व यस्यक्षयाय**) જે તમારા રસના એક ભાગવડે તમે પંચાહુતિના પરિણામરૂપ જગતની અર્થાત્ પ્રાણધારણ કરનાર પ્રાણી માત્રની (**जिन्वथ**) તૃપ્તિ કરો છો (**तस्मा-त्तस्य**) તે રસભાગથી અમે (**अरं-अल**) પૂર્ણ તૃપ્તિને (**आगमाम**) પામીએ એવા

ॐ सुमित्रियादुर्मित्रियाऽइन्द्रियो: प्रजापतिऋषिः द्रुपदा दिवेति कोकिल राजपुत्र ऋषिः आपो देवता अनुष्टुप् छन्दः अघमर्षणे विनियोगः॥ ॐ सुमित्रियानऽआपओषधयः सन्तुदुर्मित्रियास्तस्मै-सन्तुयोस्मान् द्वेष्टियंचवयंद्विष्म.॥

(न) અમને તેના (अनयथ) ભોક્તા બનાવો અથવા અમને પ્રજોત્પત્તિ કરવા સમર્થ બનાવો

ભાવાર્થ—હે જલદેવ જે તમારા રસના એક વિભાગવડે જગતના તમામ પ્રાણી પદાર્થોની તૃપ્તિ કરો છો તે રસભાગથી અમે તૃપ્તિ પામીએ તેવી રીતે અમને તેના ભોક્તા બનાવો જેને લીધે અમે ઉત્તમ શક્તિવાન બુદ્ધિવાન બની સંસારના ઉત્તમ પ્રકાશરૂપ શ્રેષ્ઠ પ્રજા અને જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીએ આ મંત્રથી ઇશ્વર પ્રાર્થના પણ થઇ શકે છે એમ ભાષ્યકાર કહે છે.

૧ **सुमित्रिया, दुर्मित्रिया,** એ બે મંત્રોના પ્રજાપતિ ઋષિ છે અને **द्रुपदादिव** એ મંત્રના કોકિલરાજપુત્ર ઋષિ છે જલદેવતા, અનુષ્ટુપ્ છંદ છે અને એ મંત્રોનો ઉપયોગ અઘમર્ષણ કરવા માટે છે

૨ (**आप**) જલો અને (**आपधय**) ઓષધીઓ (**न**) અમને (**सुमित्रिया**) મિત્રરૂપ–મિત્રની પેઠે સુખ આપનારાં (**सन्तु**) થાઓ અને (**य अस्मान्द्वेष्टि**) જે અમારો દ્વેષ કરે છે અને (**यं च वय द्विष्म**) જેનો અમે દ્વેષ કરીએ છીએ (**तस्मै**) તેને માટે (**दुर्मित्रिया सन्तु**) શત્રુની પેઠે દુઃખ ઉપજાવનારાં થાઓ

ભાવાર્થ—હે જલ અને ઓષધીઓ અગર તેની અંદર વાસ કરનાર સર્વાંતર્યામિ પ્રભો ! અમને મિત્રની પેઠે સુખ આપનારા થાઓ વળી અમારો જે દ્વેષ કરે છે અને જેનો અમે દ્વેષ કરીએ છીએ તેને માટે જલ અને ઔષધિઓ શત્રુની પેઠે દુઃખ ઉપજાવનારા થાઓ, આશય એ છે કે અમે કોઇનો દ્રોહ કરવા ચાહતા નથી પણ જ્યારે અમારો કોઇ દ્વેષ કરે છે ત્યારે અમારા મનમાં દ્વેષ ઉત્પન્ન થાય છે આપની કૃપાથી દ્વેષી શત્રુને ઓષધિ અને જલ દુઃખકારક થાઓ અથવા અમારા શરીરમાં રહેલા ક્રોધાદિ શત્રુઓને પોષણ કરનારા ન થાઓ પણ તેનાથી મિત્રની પેઠે ચાહનારા સદ્‌ગુણો પોષાઓ

द्रुपदादिव मुमुचान स्विन्नः स्नातोमलादिवपूतं पवित्रेणे

वाज्यमापः शुन्धन्तु मैनसः ॥२॥

अर्घ्यदानम्—प्रणवस्य परब्रह्म ऋषिः परमात्मा देवता देवी गायत्री छंद भूर्भुवः स्वरिति महाव्याहृतीनां परमेष्ठो प्रजापति ऋषिः

---

૩ (**द्रुपदात्**) પાદુકાથી (**मुमुचान**) મુક્ત થએલો પુરૂષ (**इव**) જેમ (પાદુકાએ ચોટેલા મળથી દૂર થાય છે) (**स्विन्न**) પરસેવાવાળો પુરૂષ (**स्नात**) નહાવાથી (**मलात् इव**) મેલથી જેમ મુક્ત થાય છે અને (**पवित्रेण**) કાંબળા વગેરેથી (**पूतआज्य**) ગાળેલુ ઘી જેમ શુદ્ધ થાય છે તેમ (**मा**) મને (**आप**) જલ (**एनस**) પાપથી (**शुन्धन्तु**) શુદ્ધ કરો

ભાવાર્થ—જોઇ માફુમ ચાખડીઓ કહાડી નાંખવાથી, ચાખડીએ ચોટેલા મેલથી અલગ રહે છે તેમજ પસીનાવાળો પુરૂષ સ્નાન કરવાથી પસીનાના મેલથી શુદ્ધ થાય છે અને કામળીથી ગાળેલુ ઘી તેનામા પડેલા કચરાથી શુદ્ધ થાય છે તેવીજ રીતે આ જલ મને પાપથી શુદ્ધ કરો

સમજ—ઉપરોક્ત મત્રોથી ડાબી બાજુનુ નાક દબાવીને જમણી નાસિકાથી શ્વાસ અંદર લેવો પછી બન્ને બાજુના નાક દાબીને શ્વાસાનરોધ કરવો પછી જમણુ નાક દાબીને ડાબા નાકમાથી જમણા હાથની પસલીમાં લીધેલા પાણીમા શ્વાસ છોડવો શ્વાસ છોડયા પછી તે પાણી તરફ ન જોતાં તે ડાબી બાજુ જમીન ઉપર પછાડવુ એમ કરવાથી અઘમર્ષણ થઇ શકે છે

अर्घ्यदानम्

પછી આચમન કરીને સૂર્યને અર્ઘ્ય આપવા ગાયત્રીના ઋષિ છંદ પ્રથમ કહ્યા મુજબ છે

સૂર્ય સન્મુખ ઉભા રહીને પ્રણવ વ્યાહૃતિ યુક્ત ગાયત્રીનો ઉચ્ચાર કરીને હુ સૂર્યને અર્ઘ્ય આપુ છુ એમ બોલી અજલીનુ જલ અર્પણ કરવુ

અર્ઘ્ય આપવા માટે જલની આંજલી ભરતી વખતે તર્જનીને અગુઠાનો સ્પર્શ કરવો નહિ, અજલીમાનુ પાણી એકદમ નીચે નહિ છોડી દેતા સૂર્ય સામે ફેકવુ જોઇએ તે વિષે વિશેષ વિવેચન સંધ્યાતત્વાર્થ પ્રકાશ પૃ૦ ૩૭-૩૮ માં છે તે જોવુ

अग्नि वायु सूर्यादेवताः गायत्र्युष्णिगनुष्टुपछंदांसि तत्सवितुरित्यस्य विश्वामित्र ऋषिः सविता देवता गायत्री छन्दः अर्घ्यदाने विनियोगः॥ ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवि० प्रचोदयात् सूर्यायइदमर्घ्यं समर्पयामि ॥ इति ॥ त्रिः ॥ असावादित्योब्रह्म

उपस्थानम्.

ॐ [1]उद्वयमुदुत्यंचित्रन्देवानान्तच्चक्षुरिति मंत्राणां प्रस्कण्व कुत्सांगिरस दध्यङ्ङाथर्वणऋषयः सूर्योदेवता अनुष्टुप्त्रिष्टुप् उष्णिक् छन्दांसिसर्वेषां सूर्योपस्थाने विनियोगः ॥

ॐ [2]उद्वयं तम सस्परिस्वः पश्यन्तऽउत्तरम् ॥ देवं देवत्रा सूर्यमगन्मज्योतिरुत्तमम् ॥

"असावादित्योब्रह्म" असा—आ [illegible] देवता जे सूर्य छे तेज ब्रह्म छे एम मंत्र बोलीने पोतानी पाछळ पाणी [illegible] [illegible] करीने प्रदक्षिणा करवी अने [illegible] करीने त्रण प्राणायाम करवा

१ उपस्थान—उद्वय, उदुत्य चित्रदेवाना तच्चक्षु ए चार मंत्रोना अनुक्रमे प्रस्कण्व, कुत्स, आंगिरस अने दध्य आथर्वण ऋषि छे तेमज सूर्य देवता अने अनुष्टुप् त्रिष्टुप अने उष्णिक छंद छे ए सर्वेनो सूर्यउपस्थान करवा माटे उपयोग थाय छे

२ (तमस परि) अंधकारथी मुक्त थएला अने (उत्तरस्व) उत्तम स्वर्गलोक सुखमय स्थानने तथा (देवत्रा) देवोत्तम सूर्य (देव) सूर्यदेवने (पश्यंत) जोता (वयम्) अमे (उत्तमज्योति) उत्तमज्योति—ब्रह्मज्योतिने (उदगम) प्राप्त थया

भावार्थ—हे देव तमारा दर्शनथी अमे अंधकार अथवा अज्ञानथी मुक्त थया. वळी हे सच्चिदानंद स्वरूप तमारा दर्शनथी संसारना अपार परितापोथी मुक्त थइ सुखमय—आनंदमय स्थानने उत्तम ज्योतिरूप ब्रह्म ज्योतिने प्राप्त थया

ॐ उदु त्यं जातवेदसं देवं वहन्ति केतवः॥ दृशे विश्वाय सूर्यम् ॥२॥

ॐ चित्रन्देवानामुदगादनीकञ्चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः ॥ आप्राद्यावापृथिवीऽअन्तरिक्षꣳ सूर्य्यऽआत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥३॥

---

१ (केतव) કિરણો (जातवेदसम्) जातवेदो-ज्ञान धनवा यस्मात् તે જેનાથી જ્ઞાન અને ધનાદિ પદાર્થોની પ્રાપ્તિ થાય છે એવા (त्य सूर्य देव) તે સૂર્ય દેવને (विश्वाय) વિશ્વને (दृशे-दर्शनाय) જોવાને (उद्वहन्ति) વહન કરે છે (અથવા)

(जातवेदस) जातानां-प्रजानां ज्ञाताऽ जातप्रज्ञया)-પ્રજાઓના કર્મ અકર્મ વગેરે તમામ સ્થિતિને જાણનાર અને બુદ્ધિમાન તથા (देवं) देवनशील પ્રકાશમાન त्य सूर्य સૂર્ય છે તેને (केतव) બુદ્ધિના કરજરૂપી કિરણો (विश्वायदृशे) સર્વ જગત જોવા માટે (उद्वहन्ति) જલદી વહન કરે છે ખેંચે છે

ભાવાર્થ—સજ્જનો! સર્વ સંસારને દર્શન કરાવવા માટે જેનાથી જ્ઞાન ધનાદિ પદાર્થોની પ્રાપ્તિ થાય છે એવા આ સૂર્યદેવતાને ઉંચે ઉપર ભાગમાં અર્થાત્ આકાશના ભાગમાં ઈશ્વરે ધારણ કરી રાખી છે અથવા જે પરમાત્મએ આ સૂર્યને પ્રકાશિત કર્યો છે, કે જે સૂર્યદેવ પ્રજાઓના કર્મ, અકર્મ વગેરે તમામ સ્થિતિને જાણનાર છે અને જે અત્યંત પ્રકાશમાન અને બુદ્ધિમાન છે તે પરબ્રહ્મની વિદ્વાન પુરુષો ઉપાસના કરી શકે છે

२ सूर्यः જે સૂર્ય (चित्र) આશ્ચર્યરીતે (उदगात्) ઉગેલો છે આશ્ચર્યનું કારણ એ છે કે સૂર્ય સર્વ તેજસ્વીગ્રહોના તેજને હરીને ઉગે છે અને રાત્રિનો અંધકાર દૂર કરે છે વળી જે વખાણવા લાયક છે તેમ જે (देवानां अनीक) કિરણોના આશ્રયરૂપ છે અથવા કિરણોના સમૂહરૂપ છે તથા (मित्रस्य वरुणस्य अग्नेश्चक्षु) જે દેવ તથા મનુષ્યમય જગતના નેત્રરૂપ છે અને જે (द्यावापृथिवी अन्तरिक्षच आप्रा) આકાશ પૃથ્વી તથા સ્વર્ગને પોતાના તેજથી વ્યાપે છે અને જે (जगत

ॐ तच्चक्षुर्देवहितम्पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् ॥ पश्येमशरदः शतं जीवेम शरदः शतꣳ शृणुयाम शरदः शतंप्रब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्यामशरदः शतभूयश्च शरदः शतात् ॥४॥

तस्थुषश्च आत्मा સ્થાવર અને જંગમ પ્રાણીપદાર્થ માત્રનો અંતર્યામી છે તેમાં મારા મન અને બુદ્ધિનો હું હોમ કરૂં છું જોડી દઉં છું તન્મય કરૂં છું

ભાવાર્થ—અહો ! કેવી આશ્ચર્યની વાત છે કે જે સર્વ તેજસ્વી પદાર્થના તેજને હરીને દરમ્યાન ઉગે છે અને રાત્રિનો અંધકાર દૂર કરે છે જે તેજસ્વી અનેક કિરણોને ધારણ કરે છે વળી તમામ જગતોના પદાર્થોને પ્રકાશિત કરે છે ને જે સૌના નેત્રરૂપ છે તથા સ્થાવર જંગમ પ્રાણીમાત્રનો અંતર્યામી છે તે પરબ્રહ્મસ્વરૂપ સૂર્યનારાયણમાં મારાં મન બુદ્ધિનો હું હોમ કરૂં છું જોડી દઉં છું એટલે કે તન્મય થાઉં છું

૧ (**पुरस्तात**) પૂર્વ દિશામાં (**देवहितम्**) દેવોએ સ્થાપન કરેલું અગર દેવતાઓનું પ્રિય (**शुक्र**) શુદ્ધ—પાપરહિત કિરણવાળું જે **तच्चक्षु** સૂર્યરૂપ નેત્ર (**उच्चरत्**) ઉગે છે તેની કૃપાથી અમે (**पश्येमशरद शतं**) સેંકડો વર્ષો જોઈએ (**शतशरद जीवेम**) સેંકડો વર્ષ જીવીએ (**शतंशरद शृणुयाम**) સેંકડો વર્ષ સાંભળીએ (**शतशरद प्रब्रवाम**) સેંકડો વર્ષ બોલીએ અર્થાત્ અમારી વાણી ઇત્યાદિ ઇન્દ્રિયો અખંડિત રહે (**शतशरद अदीना स्याम**) સેંકડો વર્ષ અમો દીનતા વગરના રહીએ અથવા (**तत्**) તે કે જે (**देवहितम्**) દેવતાઓએ સ્થાપન કરેલું—દેવતાઓના તેજરૂપ—અથવા દેવતાઓનું હિતકારી અથવા પ્રિય (**शुक्रम्**) શુદ્ધ સર્વ પાપોથી રહિત અથવા મળથી રહિત તેમજ (**चक्षु**) તમામ જગતોના નેત્રરૂપ એવું જે આદિત્ય સ્વરૂપ (**पुरस्तात्**) પૂર્વ દિશામાં (**उच्चरत्**) ઉદય પામે છે તેની કૃપાથી અમે **पश्येमशरद शत** સેંકડો વર્ષો સુધી જોઈએ (**शतशरद-जीवेम**) સો વર્ષ સુધી જીવીએ—મૃત્યુને વશ ન થઈએ (**शतशरद-शृणुयाम**) વળી અમારી સેંકડા વર્ષ સુધી કાનની ઇન્દ્રિય નિર્બળ ન થાય. (**शतशरद प्रब्रवाम**) સો વર્ષ સુધી વાણી ઇન્દ્રિય સબળ રહે (**शतशरद**)(**अदीना स्याम**) સો વર્ષ સુધી દરિદ્રી ન બનીયે) (**शतात्-शरद**) સો વર્ષ સુધી (**भूय च**) ફરી બહુ કાળ સુધી ઉપરોક્ત વિનતિ પૂર્વક અમે થઈએ

ॐ तेजोसीतिपरमेष्ठी प्रजापति ऋषिः यजुर्जगती छंदः आज्यं-देवता उपस्थाने विनियोगः ॥

ॐ तेजोसिशुक्रमस्यमृतमसिधामनामासिप्रियन्देवाना मनाधृष्टन्देवयजनमासि ॥

गायत्रीध्यानम्—योदेवः सविता ऽस्माकंधियोधर्मादिगोचरे ॥ प्रेरयेत्तस्यतद्भर्गस्तद्वरेण्य मुपास्महे ॥१॥

ભાવાર્થ—હે સૂર્યરૂપ પરબ્રહ્મ ! તમે દેવતાઓએ સ્થાપન કરેલા છો એટલે કે દિવ્યતાએ તમે પ્રકાશમાન છો અથવા દેવતાઓના હિતકારી અને પ્રિય છો. વળી તમે શુદ્ધ પાપ રહિત અને મળથી રહિત છો અને તમામ બ્રહ્માંડોના નેત્રરૂપ છો તમે હમ્મેશા પૂર્વમા ઉદય પામો છો તમારી કૃપાથી અમો મૃત્યુને આધીન ન થતાં સ્વતંત્રપણે સેંકડો વર્ષ જીવીએ વળી અમારી કાન ઇન્દ્રિય સો વર્ષ સુધી સબળ રહે તેમજ સેંકડો વર્ષે પણ દરિદ્રી-દીન ન થઇએ, સેંકડો વર્ષ સુધી અમારી વાણી અખંડિત રહે, અને ફરીને અમે માગીએ છીયે કે સો વર્ષ સુધી અમે તેમ રહીએ

૧ **તેજોસિ** " એ મંત્રના પરમેષ્ઠી પ્રજાપતિ ઋષિ છે યજુર્જગતી છંદ છે આજ્ય દેવતા છે એ સર્વનો ઉપયોગ ઉપસ્થાન માટે થાય છે

હે દેવ ! તું (**तेज असि**) સચ્ચિદાનંદરૂપ તેજસ્વી છે (**शुक्रमसि**) શુદ્ધ પાપરહિત છે (**अमृत असि**) નાશરહિત છે (**धाम नामासि**) જગતના આધાર રૂપ અને નમવા લાયક છે (**देवानां प्रिय असि**) દેવોનો પ્રિય છે (**अनाधृष्ट**) ન રોકી શકાય તેવી ગતિવાળો છે અને (**देवयजन**) દેવોનો પૂજ્ય છે

ભાવાર્થ હે દેવ ! તું તેજસ્વી છે શુદ્ધ અને પાપરહિત છે વળી તું નાશરહિત છે અને સર્વ જગતોના આધારરૂપ છે તું વંદન કરવા લાયક છે દેવોને પ્રિય તથા તારી ગતિ રોકી શકાય તેવી નથી, તું દેવોનો પરમપૂજ્ય છે.

ધ્યાનમંત્રાર્થ

૧ (**યઃ**) જે (**સવિતાદેવ**) સૂર્યદેવ (**અસ્માકં ધિયઃ**) અમારી બુદ્ધિઓને (**ધર્માદિગોચરે**) ધર્માદિ સમસ્ત કર્મો તરફ (**પ્રેરયેત્**) પ્રેરણા કરે છે (**તસ્ય તદ્વરેણ્યં ભર્ગઃ**) તેના મહાનમ તેજની (**ઉપાસ્મહે**) અમે ઉપાસના કરીયે છીયે

ભાવાર્થ—જે સૂર્યનારાયણ અમારી બુદ્ધિઓને ધર્માદિ સમસ્ત કર્મો તરફ પ્રેરણા કરે છે તેના મહાનમ તેજની અમે ઉપાસના કરીએ છીએ

ગાયત્રી જપ.

પ્રણવના પરબ્રહ્મ ઋષિ છે પરમાત્મા દેવતા અને ગાયત્રી છંદ છે વ્યાહૃતિના પ્રજાપતિ ઋષિ, અગ્નિ વાયુ સૂર્ય દેવતા અને ગાયત્ર્યાદિ છંદ તથા તત્સવિતુ૦ મંત્રના વિશ્વામિત્ર ઋષિ ગાયત્રી છંદ સવિતા દેવતા છે એ સર્વનો ગાયત્રી જપ માટે ઉપયોગ છે.

ઋષિ દેવતા અને છંદો એક વખત ઉચ્ચાર કરીને તેમજ ૐકાર અને ત્રણ વ્યાહૃતિ સાથે ગાયત્રીમંત્રનો અષ્ટોત્તરસહસ્ર, અષ્ટોત્તરશત અષ્ટાવિંશતિ અથવા દશ એ પૈકી અનુકૂળતા પ્રમાણે શક્તિ જેટલા જપ કરવા જોઇએ

ગાયત્રી મંત્રનો અર્થ

(**યઃ**) જે સવિતા દેવ (**નઃ**) અમારી (**ધિયઃ**) બુદ્ધિઓને (**પ્રચોદયાત્**) પ્રેરણા કરી શકે છે (**તત્**) કે જે સર્વ વેદોમાં સુપ્રસિદ્ધ છે તથા (**દેવસ્ય**) પ્રકાશમાન છે (**સવિતુઃ**) સૌનો અંતર્યામી, પ્રેરક, જગતનો સરજનાર અને આત્મસ્વરૂપ છે વળી જે (**વરેણ્યં**) સૌને ઉપાસના કરવા લાયક તથા જ્ઞાન મેળવવા લાયક હોવાને લીધે ભજવા યોગ્ય ગણાય છે વળી જે (**ભર્ગઃ**) અવિદ્યા દોષ અને અવિદ્યાથી ઉત્પન્ન થનારા મિથ્યા વ્યવહાર તેને નાશ કરનાર છે તથા જે સ્વયંજ્યોતિરૂપ છે તે પરબ્રહ્મના રૂપનું (**ધીમહિ**) અમે સૌ ધ્યાન કરીએ છીયે એટલે કે આ સર્વ જગત મારો આત્મા છે અને મારો આત્મા આ જગત છે એ પ્રમાણે સમજી તન્મય થઇએ છીયે

અથવા

(**સવિતુ–સૂતેઅસૂતે સર્વં જગત્ ઇતિ–સવિતા**) સર્વ જગતને જે ઉત્પન્ન કરનાર તથા (**દેવસ્ય**) **દ્યોતતે પ્રકાશતે ઇતિ દેવઃ**–પ્રકાશ કરનાર દેવનું (**તત્**) તે (**વરેણ્ય**) ઇચ્છવા લાયક (**ભર્ગઃ**) અત્યંત તેજ, ભડકા જેવા રૂપનું (**ધીમહિ**) અમે મુમુક્ષવઃ ઇત્યાદિ

गायत्री जप.

प्रणवस्य परब्रह्म ऋषिः परमात्मा देवता गायत्रीछन्दः व्याहृतीनां प्रजापतिर्ऋषिः अग्निवायु सूर्यादेवताः गायत्रीछन्दः तत्सवितुरिति विश्वामित्र ऋषिः गायत्रीछंदः सवितादेवता जपे विनियोगः ॥

જ [illegible] ધ્યાન કરીયે છીએ (यद्भर्ग) કે જે સ્વયંજ્યોત (न) અમારી (धिय) બુદ્ધિઓને (प्रचोदयात्) પ્રેરણા કરી શકે છે

અથવા

(तत्सवितुः प्रत्यक्ष) [illegible] સાક્ષાત્ દર્શન આપતું (वरेण्यं-कम नो- स[illegible]र्षा [illegible]) [illegible] (भर्ग तापजनकम्) તાપર્યા જગતની ઉત્પત્તિ રક્ષા અને સંહાર કરનાર અગર સર્વ પાપોને તપનાર તેનું (धीमहि) અમે જુદાદિ તમામ લોકો ધ્યાન કરીએ છીયે (य) કે જે સવિતાદેવ (न) અમારી (धिय-बुद्धिवृत्ती) બુદ્ધિ વૃત્તિઓને (प्रचोदयात्) પ્રેરણા કરે છે

અથવા

भर्गशब्देनान्नमभिधीयते

(भर्ग+અન્ન)

(य) જે સવિતા દેવ (न धिय प्रचोदयात्) અમારી બુદ્ધિઓને પ્રેરે છે (तत्तस्य सवितु देवस्यप्रसादात्) તે કૃપાલુ દેવની કૃપાથી (वरेण्य भर्ग) ઉત્તમ અન્નાદિક પદાર્થોને (धीमहि-धारयाम) અમે ધારણ કરીયે છીયે-પ્રાપ્ત કરીએ છીયે

श्री शाङ्करभाष्याऽनुवादनो सार.

अथसर्वदेवतात्मन सर्वशक्ते—સર્વદેવતાના આત્મા, સર્વ શક્તિમાન, સૌને પ્રકાશ આપનારા, તેજસ્વી પરમાત્માની ઉપાસનાનો પ્રકાર સર્વાત્મભાવ પ્રગટ કરવા માટે ગાયત્રી મંત્રથી બતાવીએ છીયે ગાયત્રી મંત્ર એ સૌ વસ્તુ આત્મસ્વરૂપ છે એમ દર્શાવનારો છે.

ॐ भूर्भुव स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियोयोनः प्रचोदयात्

मन्त्रगायत्री प्रणवादिसमस—પ્રણવાદિસાતવ્યાહૃતિ અને શિરોભાગ સાથેનો ગાયત્રી મંત્ર સર્વ વેદોનો સાર છે.

ગાયત્રી મંત્રની ઉપાસના પ્રાણાયામ અને જપ એમ બે પ્રકારે મુખ્યપણે થઇ શકે છે. કહે છે કે ૐકાર સહિત સાત વ્યાહૃતિ અને શિરોભાગ સાથે ગાયત્રી મંત્રની ઉપાસના ઘણા પ્રાણાયામોથી કરવી જોઇએ અને આદિ અંતમાં ૐકાર તથા ત્રણ વ્યાહૃતિ સાથે ગાયત્રી મંત્રની ઉપાસના જપથી કરવી

ગાયત્રી પ્રત્યક્ બ્રહ્મસ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરાવે છે.

(**धियोयोन प्रचोदयात इति"नोऽस्माकधिय**—જે અમારી બુદ્ધિઓને પ્રેરે છે (તેનું અમે ધ્યાન કરીએ છીયે) તે પ્રેરક કોણ છે? તેના સમાધાનમાં કહે છે કે જે સર્વના અંતઃકરણનો પ્રકાશક, સર્વ સાક્ષી પ્રત્યગાત્મા છે તે સમજવો (**तस्यप्रचोदयाच्छब्दनिर्दि०**) જે પ્રચોદયાત્ એ શબ્દથી નિર્દેશ કરાત—ઓળખાતું આત્મસ્વરૂપભૂત પરબ્રહ્મ છે તેજ **तत्सवितु** ઇત્યાદિ પદોથી જતાવાય છે

(**तत्रॐतत्सदिति०**) ગીતામાં બ્રહ્મને ૐ, તત્, અને સત્ એમ ત્રણ પ્રકારના નામથી ઓળખાવેલું છે તેનું વિશેષ વર્ણન ઉપનિષદમાં છે

(**इतितच्छब्देन०**) એથી તત્ શબ્દ વડે પ્રત્યગ્ભૂત—સ્વતઃસિદ્ધ પરબ્રહ્મ સમજવું

(**सवितुरिति०**) સવિતુ એ શબ્દ વડે ઉત્પત્તિ સ્થિતિલયવાળા તથા સર્વસુખ દુઃખાદિ દ્વૈતની ભ્રાંતિવાળા સર્વસંસાર વ્યવહારના અધિષ્ઠાનરૂપ જણાતું પરબ્રહ્મ જાણવું

(**वरेण्यमिति०**) વરેણ્ય પદ વડે સર્વને ઇચ્છવા લાયક પૂર્ણાનંદ સ્વરૂપ બ્રહ્મ જાણવું

(**भर्गइति०**) (ભર્ગ) એ પદ વડે અવિદ્યાદિ દોષોને દૂરકરનારૂ જ્ઞાનરૂપ બ્રહ્મ જાણવું

(**देवस्येति०**) દેવસ્ય એ પદ વડે સ્વયંપ્રકાશમાન અખંડ ચૈતન્યમય એકરસ બ્રહ્મ જાણવું

(सवितुर्देवस्येत्यत्र०) સવિતુ દેવસ્ય એ પદોમાં છઠ્ઠીનો અર્થ राहोः शिरः રાહુના મસ્તકની પેઠે ઔપચારિક સમજવો

(बुद्ध्यादि०) બુદ્ધિ વગેરે સર્વ દશ્ય પદાર્થોના સાક્ષીરૂપ જે મારૂં સ્વરૂપ છે તે સર્વના અધિષ્ઠાનરૂપ, પૂર્ણાનંદરૂપ, સઘળા અનર્થોથી રહિત, સ્વયંપ્રકાશમાન અને ચિન્મય પરબ્રહ્મ છે એમ અમે અનુભવીયે છીયે.

(एवमिति०) એમ બ્રહ્મસાથે અનુભવ કરતાં દોરડામાં સાપની ભ્રાંતિની પેઠે આ સંસાર પણ વિવર્તરૂપ છે અર્થાત્ વિપરીત ભાવના મૂલક છે એમ સમજાય છે. અને જે બ્રહ્મ છે તેજ હું છું અન્ય નહિ. એમ સમાન અધિકારની ભાવનાથી સર્વસાક્ષી પ્રત્યગાત્મા બ્રહ્મસાથે તાદાત્મ્ય રૂપ પરસ્પર મળી જવા જેવી એકતા થાય છે

(सर्वात्मक०) આ ગાયત્રીમંત્ર સર્વાત્માપરબ્રહ્મનું જ્ઞાન આપનાર-સાક્ષાત્કાર કરાવનાર છે

(सप्त०) સાતવ્યાહૃતિનો અર્થ આ પ્રમાણે છે —

(भूरिति०) ભૂ શબ્દથી બ્રહ્મ, સત્તામાત્ર છે એમ પ્રતીત થાય છે—જણાય છે

(भुव इति०) બ્રહ્મ, પ્રકાશક અને ચિન્મય રૂપ છે.

(स्वरिति०) સર્વને ઇચ્છવા લાયક અને સુખસ્વરૂપ છે

(महइति) સર્વને પૂજ્ય અને સર્વથી શ્રેષ્ઠ છે

(जनइति०) સર્વ પદાર્થોને ઉત્પન્નકરનાર છે

(तपइति०) સર્વ તેજોમય છે

(सत्यमिति) સર્વ પ્રકારની ઉપાધિથી રહિત છે

(एतदुक्त०) દુનિયાના સર્વપદાર્થોમાં વ્યાપેલો આત્મા સચ્ચિદ્રૂપ હોવાથી બ્રહ્મરૂપ છે અને તે ઓમ્કાર રૂપે ઓળખાય છે

(अथभूरादय) ભૂ વગેરે લોકવાચક અર્થમાં પણ તેમનો અર્થ ॐ વાચક બ્રહ્મસ્વરૂપ થાય છે. કારણ કે બ્રહ્મથી કોઇપણ પદાર્થ જુદો નથી.

(व्याहृतय०) અને ભૂરાદિ, વ્યાહૃતિના અર્થમાં પણ સર્વાત્મા-બ્રહ્મનું જ્ઞાન સમજાવેલું છે

(गायत्री) ગાયત્રી શિરોભાગનો પણ તેવો અર્થ સમજવો.

(आपोज्योतिरिति०) आप्नोति-व्याप्नोति એવી વ્યુત્પત્તિથી બ્રહ્મની વ્યાપકતા સૂચવેલી છે ज्योतिः એ શબ્દે કરીને બ્રહ્મનું પ્રકાશ સ્વરૂપ જણાવેલું છે रस એ શબ્દે કરીને બ્રહ્મનું સર્વોત્કૃષ્ટપણું જણાવેલું

છે ને અમૃત એ શબ્દવડે જન્મમરણ રૂપ સંસારથી (બ્રહ્મનું) મુક્તપણું જણાવ્યું છે વગેરે મર્મ પદોથી બ્રહ્મનું વર્ણન સમજવું

અર્થાત્ સર્વવ્યાપી, સર્વોત્કૃષ્ટ, સર્વપ્રકાશક, નિત્યમુક્ત, આત્મસ્વરૂપ, સચ્ચિદાનંદરૂપ જે ૐકારવાચક બ્રહ્મ છે તેજ હું છું. એવો ગાયત્રી મંત્રનો આશય છે

ગુહાશયેતિ० હું કર્તારૂપે સર્વની હૃદયરૂપી ગુફામાં વાસ કરનાર બ્રહ્મરૂપ અગ્નિ છું અને અધ્યાત્મક-જીવ તથા જગતરૂપ હવિ તે તેમાં લયાએલું છે ને દ્રશ્ય જે તેનો લય થતે નથી તો પછી હું જીવ છું તે બ્રહ્મરૂપે થાઉં એવી ભાવના કરવી તે અજ્ઞાનજ ગણાય

(**યદસ્તીતિ०**) જે છે, સ્ફુરે છે, તેજ આત્મરૂપ છે તેના શિવાય બીજું કંઇ નથી ફક્ત સ્વાભાવિક બુદ્ધિજ પ્રતીત થાય છે બાકી ગ્રાહ્ય એટલે ગ્રહણ કરવા યોગ્ય અને ગ્રહીતા એટલે ગ્રહણ કરનાર એ કલ્પના મિથ્યા છે એમ ગાયત્રી મંત્રનો આશય છે

એ પ્રમાણે શંકરભગવાને કરેલા ગાયત્રી ભાષ્યનો સામાન્ય અર્થ છે

યોગી યાજ્ઞવલ્ક્યે કરેલો ગાયત્રી મંત્રનો અર્થ.

(**तच्छब्देनतु०**) તે તેજનું અમે ધ્યાન કરીએ છીયે તેમાં તત્ શબ્દ એ ભર્ગનું વિશેષણ નથી તો પણ તત્ શબ્દના પ્રયોગથી યત્ શબ્દનો પ્રયોગ થઇ શકે છે એવો અહીં શ્લોકનો આશય છે તત્ શબ્દની સાથે યત્ શબ્દનો પ્રયોગ હમેશાં જાણવો (૧)

(**सवितासर्वभूतानां०**) સંપૂર્ણ જગત્ અને સંપૂર્ણ તેના ભાવોને-પદાર્થોને ઉત્પન્ન કરનાર છે તેથી સવિત, અને પવિત્ર કરનાર હોવાથી તેને સવિતા કહે છે (૨)

(**दीव्यते क्रीडतेयस्मात्०**) જે કારણે એ પ્રકાશમાન થાય છે અને ક્રીડા કરતો આકાશમાં તેજસ્વી જણાય છે તથા સર્વ દેવતાઓ જેની સ્તુતિ કરે છે તેથી તે દેવ કહેવાય છે (૩)

(**चिन्तयामोवयभर्गं०**) અમે એ ભર્ગ-તેજનું ધ્યાન કરીએ છીયે કે જે અમારી બુદ્ધિવૃત્તિઓને વારંવાર ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષમાં પ્રેરણા કરે છે (૪)

(**भ्रस्जपाकेभवेद्धातु०**)ભ્રસ્જ ધાતુ પકાવવાના અર્થમાં છે તેથી સર્વ પ્રાણીઅન્ન અન્નાદિકનું પાચન કરે છે અને વનસ્પતિ ધાન્યાદિકને ફળ પુષ્પો ઉત્પન્ન કરી પોષે છે તથા જે સર્વને તપાવે છે અને જગતનો નાશ કરે છે (૫)

ॐ विश्वतश्चक्षुरिति[1] विश्वकर्मा भौवनऋषिः विश्वकर्मादेवता त्रिष्टुप्छन्दः सूर्यप्रदक्षिणायां विनियोग

ॐ विश्वतश्चक्षुरुत[2] विश्वतोमुखो विश्वतो बाहुरुत विश्वतस्पात् ॥
सम्बाहुभ्यान्धमति सम्पतत्रैर्द्यावाभूमी जनयन्देवऽएकः ॥१॥ ॐ

(कालाग्निरूपमास्थाय०) જે કાલાગ્નિ રૂપે રહે છે તથા અગ્નિ અને સૂર્યમાં રહેના પોતાના રૂપથી પ્રકાશમાન થાય છે તેથી તેને ભર્ગ કહે છે. (૬)

(भेतिभीषयतेलोकान्) ભર્ગ એમાં ભ,ર,ગ એ ત્રણ અક્ષરોનો પ્રથક્ અર્થ સમજાવતા જણાવે છે કે ભકારથી સોલોકોને ભયભિત કરે છે અને ર"કારે કરીને પ્રજા પ્રસન્ન થાય છે તેમજ ગ" કાર કરાને હમેશાં ગમન અને આગમન કરે છે તેથી તે "ભર્ગ" કહેવાય છે (૭)

(वरेण्यवरणीयश्च०) (जन्ममृत्युविना०) સમારના ભયથી ભય પામેલા પ્રાણીઓ જેના પ્રાર્થના કરે છે અને જે સૂર્યમડળની અદર ભર્ગરૂપે વાસ કરે છે તેને મુમુક્ષુઓ જન્મમૃત્યુથી તથા દેહથી ઉત્પન્ન થનારા અને ઇન્દ્રોથી તથા પચભૂતોથી થનારા દુખોનો નાશ કરવા માટે ધ્યાન કરે છે એ પુરૂષનુ (પરબ્રહ્મનુ) સૂર્યમડળમા ધ્યાન કરવુ જોઇએ.

૧ વિશ્વતશ્ચક્ષુએ મત્રના વિશ્વકર્મા ભૌવન ઋષિ છે વિશ્વકર્મા દેવતા અને ત્રિષ્ટુપ છદ છે એનો ઉપયોગ સૂર્ય—આત્માની પ્રદક્ષિણા કરવા માટે છે

૨ (एक देव) એકજ દેવકે (य) જે उत (विश्वत चक्षु०) ચોતરફ નેત્રવાળો (विश्वतोमुख) ચોતરફ મુખવાળો (विश्वत बाहु) ચોતરફ હાથવાળો અને (विश्वत पात्) ચોતરફ પગવાળો છે અર્થાત્ અનત નેત્ર મુખ, હાથ અને પગ વાળો છે उत (द्यावाभूमी) આકાશ આદિ તમામ બ્રહ્માડોને (सजनयन्) પેદા કરનો (बाहुभ्यां) જગતના બાહુના સ્થાનભૂત, ધર્મ અધર્મ જીવોને (पतत्रै) पतनशीलै—નાશવત એવા પચમહાભૂતોના સાધનો વડે (धमति) સરજે છે અર્થાત જીવોની ધર્મ અધર્મ પ્રમાણે વ્યવસ્થા કરે છે.

२
देवागातुविदइति मनसस्पतिऋषिः वातोदेवता विराट् छन्दः जप-
निवेदने विनियोग ॐ देवागातु विदोगातु वित्वागातुमित ॥

मनसस्पतऽइमंदेवयज्ञंठ स्वाहावातेधाः ॥

१
दिग्वन्दनम्—ॐ प्राच्यैदिशेइन्द्रायच नम आग्नेय्यैदिशे अग्नयेच
नमः दक्षिणायै दिशेयमायच नम नैऋत्यैदिशे निऋतयेच नमः

---

૨ દેવાગાતુ એ મત્રના મનસસ્પતિ ઋષિ છે, વાતે દેવતા વિરા
છદ છે એ મત્રનો ઉપયોગ જપ નિવેદન–ઇશ્વરાર્પણ કરવા માટે છે

(गातुविद) हेदेवा -યજ્ઞને જાણનારા હે દેવો ! (गातु वित्वा)
યજ્ઞને પૂર્ણ થએલો જાણીને (गातुंइत) પોતાના સ્થાન તરફ પધારો
(हेमनसस्पते) હેમનને પ્રેરનાર ઇશ્વર (इम) આ (देव यज्ञ) દેવ યજ્ઞ
(स्वाहा તને અપણ કરૂ છુ. (स्व) તુ આયજ્ઞને (वाते) વાયુરૂપમાં
(धा) સ્થાપન કર.

(गातुविद -गीयतेनानाविधै र्वैदिक शब्दैरिति गातु
तद्विदन्तिइति) અનેક પ્રકારના વૈદિક શબ્દોથી જેનુ પ્રતિપાદન કરી
શકાય છે તેને "गातु" યજ્ઞ કહે છે અને તે યજ્ઞને જે જાણે (તે)
"गातुविद." એટલે યજ્ઞને જાણનારા (हेदेवा) હે દેવા (गातु)
યજ્ઞને (वित्वा) શરૂ થએલો જાણીને (गातुइत) યજ્ઞ પ્રત્યે જાઓ
અથવા પૂર્ણ થએલો જાણીને (गीयते-गम्यतेयत्र स गातु) સ્વમાર્ગ
તરફ જાઓ (हेमनसस्पते) અમારા મનને યજ્ઞ કરવા પ્રેરનાર (देव)
હે દેવ (इमयज्ञम्) આ કરેલો યજ્ઞ (स्वाहा) તને અર્પણ કરૂ છુ
તેને તુ (वाते) વાયુરૂપમા (धा) સ્થાપન કર.

૧ દિગ્વદન–પૂર્વ દિશા અને ઇન્દ્રને નમસ્કાર અગ્નિ દિશા અને
અગ્નિને નમસ્કાર દક્ષિણ દિશા અને યમને નમસ્કાર દક્ષિણ દિશા અને
નિઋતિ રાક્ષસને નમસ્કાર પશ્ચિમ દિશા અને વરૂણને નમસ્કાર વાયવ્ય
દિશા અને વાયુને નમસ્કાર ઉત્તર દિશા અને સોમને નમસ્કાર. ઇશાની

प्रतीच्यैदिशे वरुणायच नमः वायव्यैदिशे वायवेच नमः उदीच्यैदिशे सोमायच नमः ईशान्यैदिशे ईश्वरायच नमः उर्ध्वायैदिशे ब्रह्मणेच नमः अधरायैदिशे अनंतायच नमः ॥ संध्यायै नमः विद्यायै नमः गायत्र्यै नमः सर्वाभ्यो देवताभ्यो नमः ॥ अनेन प्रातःसन्ध्यावंदनेन परमेश्वरः प्रीयतांनमम तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु आकाशात् पतितंतोय यथा गच्छतिसागरं ॥ सर्वदेवनमस्कारः केशवंप्रतिगच्छति ॥

अभिवादनम्–विश्वामित्रदेवराजौद्दलेति त्रिप्रवरान्वित कौशिक गोत्रोत्पन्नः शुक्लयजुर्वेदस्य माध्यन्दिनवाजसनेयी शाखाध्यायी गणपतिशर्माऽहं भो अभिवादये । द्विराचमेत् ॥

દિશા અને ઇશ્વર–શિવને નમસ્કાર ઉર્ધ્વ દિશા અને બ્રહ્મદેવને નમસ્કાર અધરદિશા અને અનતને નમસ્કાર સધ્યાને, વિદ્યાને, ગાયત્રીને અને ઇતર સર્વ દેવતાને નમસ્કાર.

(સકલ્પ) મેં આ કરેલી પ્રાત સધ્યા શ્રીપરમેશ્વરને અર્પણ થાઓ અને પરમેશ્વર પ્રસન્ન થાઓ.

આકાશમાથી પડેલુ પાણી જેમ સમુદ્રમા જઇ મળે છે તેવી રીતે કોઇપણ દેવને કરેલા નમસ્કાર પરમેશ્વરને જ પહોંચે છે. ગોત્ર, પ્રવર, વેદ સૂત્ર–શાખાનો ઉચ્ચાર કરી તે સાથે પોતાનુ નક્ષત્ર નામ બોલી જેમકે કૌશિકગોત્રમાં ઉત્પન્ન થએલો વિશ્વામિત્ર દેવરાજ, અને ઉદ્દાલક એ ત્રણ પ્રવરવાળો શુકલયજુર્વેદની માધ્યદિનવાજસનેયી શાખાનુ અધ્યયન કરનાર ગણુપતિ શર્મા હુ ગુરૂ, માતાપિતાને અભિવાદન કરૂ છુ

જેને અભિવાદન કરવાનુ હોય તેના જમણુ પગે પોતાના જમણુ હાથે અને ડાબા પગને ડાબા હાથે સ્પર્શ કરીને પોતાને ડાબે હાથે પોતાનો જમણો અને જમણા હાથે ડાબો કાન પકડીને મસ્તક પગ પર મૂકવુ "તેને અભિવાદન" કહે છે જ્યારે જ્યારે ગુરૂ અથવા વડિલોને નમસ્કાર કરવાનો હોય ત્યારે ત્યારે તેવી રીતે કરવો જોઇએ.

અભિવાદન કર્યા પછી દ્વિરાચમન કરવુ. પછી સધ્યા સમાપ્ત થાય છે

संध्याकालः

अर्धास्तमिते मंडल आनक्षत्रदर्शनात् प्रात आ मंडल दर्शनात्॥
उत्तमातारकोपेता मध्यमालुप्ततारका ॥ अधमासूर्यसहिता
प्रातःसन्ध्यात्रिधामता ॥१॥ उत्तमासूर्यसहिता मध्यमालुप्तभास्करा ॥
अधमातारकोपेता सायंसन्ध्यात्रिधामता ॥२॥

આશૌચમાં (સુતકમાં) સંધ્યા કેવી રીતે કરવી તે વિષે

सूतकेमृतके कुर्यात् प्राणायाम ममंत्रकम् ॥ तथा मार्जनमंत्रांश्च
मनसोच्चार्य मार्जयेत् ॥१॥ गायत्रींसम्यगुच्चार्य सूर्यायार्घ्यं निवेदयेत् ॥
सूर्यंध्यात्वानमस्कुर्यात् गायत्रीमनसाजपेत् ॥२॥

આ સંધ્યા પ્રયોગ પારસ્કર તથા કાત્યાયન ગૃહ્યસૂત્રના તથા પરિશિષ્ટના આધારે લખ્યો છે અને તે લગભગ સર્વ શાખાવાળાઓને ઉપયોગી છે તફાવત માત્ર તે તે વેદના જુદા જુદા મંત્રોનો રહેશે

મધ્યાન્હ તથા સાયાન્હ સંધ્યામાં અનુપ્રાશન વિગેરેમાં ઉચ્ચાર બદલવા પૂરતો ફરક છે હેતુ માત્ર એકજ છે

સૂર્ય અર્ધો અસ્ત થયા પછી તારાઓ દેખાવા માંડે ત્યાંસુધી "સાયંસંધ્યા"નો મુખ્યકાલ ગણાય છે અને નક્ષત્રો–તારાઓ લગભગ દેખાતા બંધ પડે ત્યાંથી માંડીને તે સૂર્યમંડળ દેખાઈ આવે ત્યાં સુધી "પ્રાતઃસંધ્યાનો" મુખ્યકાલ ગણાય છે વળી કહ્યું છે કે તારાઓ સાધારણ દેખાતા હોય તે વખતે આરંભ કરેલો "પ્રાતઃસંધ્યાનો" કાલ ઉત્તમ સમજવો તારાઓ ન દેખાતા હોય તે વખતે કરેલો આરંભ મધ્યમ અને સૂર્યોદય પછી કરેલી સંધ્યા કનિષ્ટ સમજવી

સૂર્ય દેખાતો હોય તે વખતે કરેલો "સાયંસંધ્યાનો" આરંભ ઉત્તમ સમજવો સૂર્યાસ્ત થયા પછી સાયંસંધ્યાનો આરંભ મધ્યમ ગણાય અને તારાઓ દેખાયા પછી કનિષ્ટ સમજવો

હવે કોઈપણ અડચણને લીધે વખતસર સંધ્યા ન બની શકે તો આગળના સંધ્યાના કાળ સુધીમાં અવશ્ય કરી લવી તેમ પણ બનવું અશક્ય થઈ પડેલું હોય તો સંધ્યાનો લોપ થયા બદલ અષ્ટોત્તરશત ગાયત્રી જપ કરવો.

जपमाला.

पर्वभिस्तुजपे-र्वीं मालाकाम्यजपेस्मृता ॥ गायत्र्यामूलवेदत्वाद् वेदः पर्वसुगीयते ॥१॥ आरभ्यानामिकामध्य पर्वाण्युक्तान्यनुक्रमात् ॥ तर्जनीमूलपर्यन्तं जपेद्दशसुपर्वसु ॥२॥ मध्यमाङ्गुलिमूलेतु यत्पर्व द्वितयं भवे त्तंवैमेरुं विजानीयात् जपेत्तंनातिलंघयेत् ॥३॥

જનના શૌચ અને મરણશૌચમાં સંધ્યા કરવાનો પ્રકાર.

મત્ર નહિ બોલતા કેવલ પ્રાણાયામ કરવો માર્જન મત્રો મનમાં બોલી માર્જન કરવુ ગાયત્રીથી અર્ઘ્ય આપવો ઉપસ્થાન ન કરવુ સૂર્યનું ધ્યાન કરી નમસ્કાર કરવો વાણી બધ કરીને ગાયત્રી જપ કરવો.

જપમાલા.

ગાયત્રી જપની સંખ્યા કરમાળાથીજ કરી લેવી રૂદ્રાક્ષમાલા, પ્રવાલમાલા, તુનસીમાલા, કમલાક્ષમાલા, એ સર્વે કામ્યકર્મોમા જપ કરવા માટે અવશ્ય કહેલી છે હમેશની સધ્યામા ગાયત્રી જપ વાસ્તે તેની જરૂર માની નથી. કરમાળાનો પ્રકાર નીચે મુજબ—

આંગળીઓના વેઢાઓથી ગાયત્રીનો જપ કરવો રૂદ્રાક્ષાદિમાળાઓ કામ્યજપ માટે કહેલી છે ગાયત્રી એ વેદોનુ મૂળ છે અને વેદોનું અધ્યયન હાથની આગળીઓથી કરી શકાય છે અનામિકાના મધ્યમ પર્વથી માંડીને તર્જનીના મૂળ પર્વ સુધી દસ મણકાની જપમાળા સમજીને જપ કરવો જોઇએ. મધ્યમ આંગળીની મૂળના જે બે પર્વ એ માળાનો મેરૂ સમજીને ઉલ્લધન કરવુ નહિ.

સમાપ્ત



सन्ध्यार्थदीपिका।

भूभिકા.

સંધ્યા એ કાલવાચક શબ્દ છે રાત્રિ સમાપ્ત થયા પછી દિવસનો આરંભ થાય છે તે કાળને તથા દિવસ સમાપ્ત થઇ રાત્રિનો આરંભ થાય છે તે કાલને સંધ્યા કહે છે. એવા સમયે પરમેશ્વરને વંદન કરવું તેને 'સન્ધ્યાવન્દન' કહે છે

સન્ધ્યાવન્દનના પ્રયોગમાં આચમન, પ્રાણાયામ, સંકલ્પ, માર્જન, મંત્રાચમન, અઘમર્ષણ, અર્ઘ્યપ્રદાન, પરિષેચન આસનવિધિ ન્યાસ, ધ્યાન, મુદ્રા, શાપવિમોચન, ગાયત્રી જપ, ઉપસ્થાન, દિશા અને દિક્પાલને વંદન તથા અભિવાદન એટલા કર્મોનો સમાવેશ થાય છે તે સર્વેમાં ગાયત્રીજપ અને અર્ઘ્યપ્રદાન એ પ્રધાન કર્મ છે અને તે બન્નેમાં પણ ખાસ ગાયત્રીજપ એ મુખ્ય છે વળી માર્જન અણુપ્રાશન અઘમર્ષણ અર્ઘ્યદાન અને ઉપસ્થાન એ તેનાં અંગીભૂત કર્મો છે વળી આચમન અને સંકલ્પ પારિભાષિક છે (પારિભાષિક એટલે સર્વ કર્મોમાં સામાન્ય નિયમથી જે વિધિ કરવો પડે છે તે) પ્રાણાયામ ઉપકારક છે. વળી દિશા અને દિક્પાલનું વન્દન અને અભિવાદન એ શિષ્ટાચારથી પ્રાપ્ત થએલું ગણાય છે.

ધ્યાન એ ગાયત્રી મંત્રમાં જે ઉપાસ્યદેવતા બતાવી છે, તેના સ્વરૂપની ઓળખાણ કરાવે છે

આસનવિધિ ન્યાસ મુદ્રા અને શાપવિમોચન એ "અવૈદિક" છે અને તે તંત્રકારોએ કહેલાં છે તેથી કરીને એ વિધિ ઐચ્છિક છે, આવશ્યક નથી.

આચમન.

આચમન કરવાથી પેટની અંદરની નળીઓ નરમ થાય છે અને શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા સિધિ થાય છે. ક્ષોભ પામેલું મન શાન્ત થાય છે. કોઇ પણ કર્મ કરવાને મનની નિર્મલતા પ્રસન્નતા અને એકાગ્રતા એ આવશ્યક છે. ને તે પ્રાણાયામને લીધે જેટલી સહેલાઇથી સધાય છે તેટલી બીજા સાધનોથી સધાતી નથી. તેથી તે પ્રાણાયામ જો કે કર્મકાંડના વિષયમાં નથી છતાં એ મહોટો ઉપયોગી વિધિ હોવાથી યોગશાસ્ત્રમાંથી લીધેલો છે.

પ્રાણાયામ શરૂઆતમાં એક વખત તથા જપ કરતી વખતે ત્રણ વખત કરવો જોઇએ

સંકલ્પ એટલે જે કર્મ કરવાનું છે તેનો તથા જે હેતુથી કર્મ કરવાનું છે તેનો ઉચ્ચાર કરી પોતાને પોતાના શબ્દોથી બાંધી લેવાનો છે એમ કરવાથી એ કર્મ તરફ યોગ્ય અભિમાન ઉત્પન્ન થાય છે અને આરંભેલું કર્મ સારી રીતે પાર પાડવા માટે તત્પર થવું પડે છે વળી એ ઉપરાંત એક બીજો ઉચ્ચ હેતુ સમાએલો છે ને તે એ કે, કર્મ કરનારની કંઇ પણ કર્મ કરતી વખતે કંઇ પણ ફળ મેળવવાની ઇચ્છા તેમાં સ્વાભાવિક રીતે હોય છે એ સ્વાભાવિક ઇચ્છાને અનુસરીને શરીરસુખ સંતાન, સંપત્તિ, સ્ત્રી, પશુ વગેરે પદાર્થો પૈકીમાંથી એક બે અથવા સર્વે પોતાને પ્રાપ્ત થાય એમ તે ઇચ્છતો હોય છે. પણ એ કર્મની અંદર શું ફળ આપવાની શક્તિ છે તે જ્ઞાન તેને હોતું નથી અને કદાચ કેટલાક તેનું જ્ઞાન ધરાવતા છતાં પણ કર્મફળની અજ્ઞાની વ્યક્તિની પેઠે ઇચ્છા ધરાવતા હોય છે તો એવા માણસો હસવાપાત્ર બને છે કારણ કે, કર્મકાંડમાં જે ફળો કહેલાં છે તેનો હેતુ એ છે કે કેવળ ફળને લોભે કરીને કર્મકાંડ કરવા તરફ તેની પ્રવૃત્તિ થાય તે માટે છે. તેથી ફળની ઇચ્છા નહિ રાખતાં ઇશ્વરાર્પણ બુદ્ધિથી કર્મો કરવા એજ સ્તુતિપાત્ર ગણાય

કર્મકાંડ પ્રવર્તક ઋષિઓએ જો કે પ્રત્યેક કર્મના કાંઇ વિશિષ્ટ ફળો બતાવેલાં છે પણ તેમનો અસલ હેતુ તો નિષ્કામબુદ્ધિથી કર્મ કરાવવાનો છે તેથી કરીને આરંભમાં "श्री परमेश्वरप्रीत्यर्थं" અને છેવટે "तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु" એમ ઉચ્ચારવું જોઇએ એમ તેઓએ કહેલું છે. આ કર્મ હું કેવળ ઇશ્વરને પ્રસન્ન કરવા માટેજ કરૂં છું, એ ઉપરાંત મને કંઇ બીજું ફળ મળે એમ ઇચ્છતો નથી અને આ કરેલું કર્મ ત્રિકાલાબાધિત પરબ્રહ્મને અર્પણ થાઓ એમ કરવાથી કર્મ ઇશ્વરને અર્પણ થાય છે ફળની ઇચ્છા રહેતી હોય તો તે યોગ્ય ગણાતી નથી સારાંશ કે સંકલ્પમાં 'श्री परमेश्वरप्रीत्यर्थं' અને 'तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु' એ વાક્યો પરથી ફળની ઇચ્છા નહિ રાખતાં શ્રી પરમેશ્વરને અર્પણ કરવામાં પોતાનું કલ્યાણ સમજી કર્મો કરવા જોઇએ એવો ધર્મપ્રવર્તકોનો મત છે. એમ સ્પષ્ટ જણાઇ આવે છે સારાંશ સંકલ્પ એ ખાસ કર્તવ્યની ઓળખાણ કરીઆપે છે. તેથી કર્મના આરંભમાં સંકલ્પ ખાસ કરીને કરવો જોઇએ.

માર્જન.

માર્જનનેા ઉદ્દેશ આરેાગ્ય અને સ્વચ્છતાની પ્રાપ્તિ માટે છે પાણીની અંદર કેવા કેવા પ્રકારની શક્તિઓ રહેલી છે તે માર્જન મંત્રેામા જણાવેલુ છે. પાણીથી શરીર નિર્મળ અને શાન્ત થાય છે અને તે વાતનેા સૌને અનુભવ છે વળી કામ ક્રોધ જેવા મનના પ્રબળ વિકારેા પણ ઠંડા પાણીમા સ્નાન કરવાથી તદ્દન શાન્ત થઇ જાય છે. કામ, ક્રોધ અને મદિરા વગેરે માદક પદાર્થેાના સેવનથી ઉન્મત અને મૂર્છિત થએલા માણસના મસ્તકપર બે ચાર ઠંડા પાણીના ઘડા રેડવાથી તે માણસ તત્કાળ શુદ્ધિ ઉપર આવી જાય છે. વળી પ્રબળ થયેલેા કામ, ક્રોધ અને મદિરા વગેરે માદક દ્રવ્યેાથી થએલેા મદ તેની ચિકિત્સા ઠંડા પાણીમા સ્નાન કરવાનુ વૈદ્યકશાસ્ત્રમા કહેલુ છે

જળની અંદર સર્વે ઔષધિઓ છે એમ ઔષધિઓના રાજા ચંદ્રે મુક્ત કંઠે " **अप्सुमेसोमोऽब्रवीत्** " એ મંત્રમાં ઋષિઓ પ્રત્યે કહેલુ છે અને તે વાતને અનુસરીને " **अपोयाचामि भेषजम्** " " **आप प्रणीत भेषजम्** " એ મંત્રેાથી આરેાગ્ય વર્ધક ઔષધેા આપેા એમ ઋષિ મુનિઓએ માગણી કરેલી છે એ ઉપરથી પ્રસંગાનુસાર યેાગ્ય રીતે આચમન માર્જન સ્નાન પાન વિગેરે પ્રકારેાથી જળનેા ઉપયેાગ કર્યો હેાય તેા સર્વ રેાગેા નાશ પામી શરીર હૃષ્ટપુષ્ટ થશે, અને કામ, ક્રોધાદિ મનના મળ દૂર થઇ મન નિર્મળ ઉત્સાહી બનશે એ નિર્વિવાદ વાત છે

નિત્યનિયમથી પ્રાત કાળમા શીતેાદકમા સ્નાન કરનાર મનુષ્યના દુર્ગંધિ ગ્લાનિ, ઉદાસી-પ્રમાદ ઇત્યાદિ શરીરના અને મનના દેાષ તત્કાળ નાશ પામીને શરીર અને મન પ્રફુલ્લિત અને ઉત્સાહી બને છે અને તેમ કરનારને હમેશાં તેનેા અનુભવ માલુમ પડે છે.

હાલમા કુન્હે ડૉક્ટરે કેવળ પાણીના ઉપયેાગથી સર્વ રેાગેા મટાડવાની યુક્તિ શેાધી કાઢી છે અને તે વિષે ગ્રંથેા પણ લખ્યા છે, તેના સેવન અને અનુભવથી આશ્ચર્ય પામેલા ઘણા લેાકેાનાં મન પાણીના ગુણ ધર્મ તરફ વળેલા છે એ ખરે સમાધાનકારક છે પણ કુન્હેનેા શેાધ કઇ એ નવીનપણે નથી. જેઓ ઉપરેાક્ત માર્જન મંત્રેા તરફ લક્ષ આપશે તેઓને તે વાત સહેજે લક્ષમાં આવી શકશે

અંબુપ્રાશન અથવા મંત્રાચમન.

અંબુપ્રાશનનેા હેતુ એ છે કે મન, વાણી, હાથ, પગ, પેટ અને

સૂક્ષ્મ ઇન્દ્રિને લીધે રોજ પાપ થવાનો સંભવ છે, તે પાપનો રાત્રિની દેવતા અગ્નિ-[1]સૂર્યે નાશ કરવાનો છે

કોઇ પ્રશ્ન કરશે કે આપણે કાંવે તે પાપ કરીએ અને તેનો નાશ કરવા અગ્નિ-સૂર્યની પ્રાર્થના કરીએ તો શું પાપનો નાશ થઇ જાશે ખરો ?

ઉત્તર એ મળશે કે સૂર્ય એ કર્મનો સાક્ષી છે આપણે ગમે તે પાપ કરીએ તેને તે જાણે છે તેથી તેનો ભય રાખી પોતાની ઇન્દ્રિયોથી પાપ ન થવા માટે સાવધ રહેવા તથા દુરાચારની પ્રવૃત્તિ બંધ પાડવા સૂર્ય-પરબ્રહ્મની પ્રાર્થના કરી પશ્ચાતાપ કરી શુદ્ધ થવા માટે છે.

અઘમર્ષણ.

અઘમર્ષણનો હેતુ પાપને ખસેડવાનો-કાઢી નાખવાનો છે જે પરમેશ્વરથી સ્થાવર જંગમના તમામ પદાર્થો દિશા અને કાલ ઉત્પન્ન થયાં છે, જે સર્વનો નિયંતા અને અંતર્યામી છે વળી જે સત્ય સંકલ્પ અને વિશ્વનો સંચાલક છે તેની સાક્ષીએ મારાં સંચય થએલા પાપો નાશ પામો એ પ્રકારે અનુપ્રાશન થઇ ગયા પછી "અઘમર્ષણ"થી સંચય થએલા પાપનો નાશ કરી નિષ્પાપી બની પરમેશ્વરના આરાધનનો અધિકાર પ્રાપ્ત કરવાનો છે, હવે જેનું આરાધન કરવાનું છે તેની પ્રથમ પૂજા કરીને તેનુ ધ્યાન કરવું જોઇએ એમ છે પણ આપણે અલ્પજ્ઞ અલ્પશક્તિમાન જીવ તે સર્વેશ્વર અને સર્વશક્તિમાન પરમેશ્વરની પૂજા તે શી રીતે કરી શકીયે ? પણ તેમના કેવળ મહત્વનું ચિંતન કરીને અંજલી ભરી પાણી તેમને અર્પણ કરીએ તો પૂજા આપણે કરી કરી ગણાય એમ ધારીને ગાયત્રીનો ઉચ્ચાર કરી "**असावादित्यो ब्रह्म**" ઇત્યાદિ વાક્યો બોલી અર્ધ્ય-પ્રદાન કરવું "**असावादित्यो ब्रह्म**" એ સન્ધ્યામાનું મહાવાક્ય છે અધ્યાત્મશાસ્ત્રમાં "**तत्त्वमसि**" ઇત્યાદિ વાક્યોથી સર્વ શાસ્ત્રોનું પ્રમેય સમજાવી બાકીના મંત્રોથી વિસ્તારપૂર્વક ઉહાપોહ કરેલો છે તેવી રીતે "**असावादित्य ब्रह्म**" આ પ્રત્યક્ષ દેખાતો સૂર્ય એજ બ્રહ્મ છે એમ સંક્ષેપથી પ્રમેય કહીને ગાયત્રીમંત્રમાં તેનું સ્પષ્ટીકરણ કરેલું છે

આસનવિધિ ન્યાસ, ધ્યાન, મુદ્રા, શાપવિમોચન, શાપોદ્ધાર એ વિધિ-તંત્રકારોએ કહેલો છે વૈદિક નથી તેથી સૂત્રમાં તેનો ઉલ્લેખ નથી

ધ્યાનની ગડમડ કાંઇ વિચિત્રજ છે જે દેવતાનુ ચિન્તન કરવાનુ હોય તે દેવતાના સ્વરૂપની કલ્પના કરતાં આવડે તેવું જે વર્ણન કરવું તેને ધ્યાન કહે છે પણ ત્રિકાળ સંધ્યામાં જુદાં જુદાં ધ્યાન કહેલાં છે તે અગર

---

1 સૂર્ય એ અગ્નિનું રૂપાંતર છે

'**मुक्ताविद्रुम**' ઇત્યાદિ જે સાધારણ ધ્યાન કહેલું છે તે ધ્યાનોમાં જુદા જુદા પ્રકારે સ્રીસ્વરૂપ દેવતાનું વર્ણન કરેલું છે તે કદી પર્યાય ભેદે સૂર્યનું જ ધ્યાન ગણાતું હોય તોપણ તેવાં વિચિત્ર ધ્યાનોને લીધે મુખ્ય ઉપાસ્ય દેવતા તરફ લક્ષ ન આપતા બીજી દેવતાની કલ્પના ઉત્પન્ન કરવાથી મન ગોટાળામાં પડવાનો સંભવ રહે છે. માટે ધ્યાન કરવું હોય તો આવાં બુદ્ધિભ્રામક ધ્યાનો ન કરતાં "**ध्येयः सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ती**" એ શ્લોકમાં બતાવ્યા મુજબ અગર સાક્ષાત્ બ્રહ્મસ્વરૂપનું પ્રતિપાદન થઇ શકે તેવા કોઇ "પ્રતિક" નું ધ્યાન કરવું જોઇએ

શાપવિમોચન એટલે કે કોઇ ઋષિનો ગાયત્રીને શાપ થએલો તેને લીધે મંત્રમાંની શક્તિ નષ્ટ થએલી તેને પુનઃ પ્રગટ કરવા માટે જે જાપ કરવામાં આવે છે તે કલ્પના શું હસવા જેવી નથી? ઠીક એ પરથી એ વાત યાદ રાખવાની છે કે બીજા કેટલાક અવૈદિક મતાનુયાયી લોકોનો પ્રયત્ન જે પ્રકારે આપણને તાત્વિક ધર્મમાર્ગથી પરાવૃત્ત કરવાના કારણરૂપ છે તેવી રીતે કિંબહુના તેથી પણ અધિક પોતાને વૈદિક કહેવરાવનારા તાન્ત્રિકોનો યત્ન આપણને વેદમાર્ગથી ચ્યુત કરવાનો થયો છે અને થાય છે માટે તાન્ત્રિકોથી સાવધ રહેવું જોઇએ

"ગાયત્રી જપ" સંધ્યામાંનું પ્રધાન કર્મ છે ખરૂં જોતાં ગાયત્રી જપ એજ સંધ્યા છે. બાકીનાં સર્વે કર્મો સંધ્યાના અંગો છે. ગાયત્રી મંત્રનો અર્થ આગળ પ્રયોગમાં જણાવ્યો છે તેનું તાત્પર્ય એ છે કે સ્થાવર જંગમાત્મક જગતની ઉત્પત્તિ સ્થિતિ અને લય સૂર્યથી થાય છે. તે સ્વયંપ્રકાશમાન છે. તેથી તેની પાસેથી પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા સૌને મળે છે. તેની ઇચ્છા સિવાય ઝાડનું પાનું પણું હાલતું નથી તેની પ્રેરણાથી આપણને હરેક કર્મ કરવાની પ્રવૃત્તિ થાય છે. સૂર્યને લીધે સર્વજગતનો વ્યવહાર વ્યવસ્થિત પણે ચાલે છે તેનો નાશ થવાથી તત્કાળ સર્વ જગતનો નાશ થાય છે તેથી અનન્ય ભાવે હું સૂર્યને શરણે જાઉં છું. આ ભૌતિક દષ્ટિનો વિચાર કેવળ ભૌતિક શાસ્ત્રાભિમાની મનુષ્ય માટે બસ થશે. અને હવે તાત્વિક દષ્ટિએ વિચાર કરીએ તો એ સિદ્ધ થાય છે કે–અધ્યાત્મશાસ્ત્રમાં આત્માને સૂર્ય કહેલો છે "**सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च**" સ્થાવર જંગમ પ્રાણીઓનો આત્મા સૂર્ય છે એમ વેદનું વચન છે આ આત્મા–સૂર્ય ચૈતન્યરૂપે પ્રાણીમાત્રના શરીરમાં રહીને સર્વ શરીરને અર્થાત્ કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, પ્રાણ મન બુદ્ધિ એ માને પ્રકાશિત

કરે છે. એટલે કે પોતપોતાના કામમા સમર્થ બનાવે છે તેની પ્રેરણા સિવાય કોઇ કાંઇ કરી શકતું નથી. ગાઢ નિદ્રામા પડેલા માણસને જાગ્રત કરનાર તેના શરીરની અંદર નિરંતર જાગ્રત રહેનાર કોઇ એક છે તેજ તેને જાગ્રત કરી શકે છે અને જાગ્રત થયા પછી સર્વ પ્રકારનો વ્યવહાર કરવાને સમર્થ થાય છે સારાંશ કે ભૌતિક દૃષ્ટિએ આકાશમાં દેખાતો સૂર્ય, અને અધ્યાત્મ દૃષ્ટિએ શરીરમાનો ચૈતન્યરૂપ આત્મા એજ સર્વેશ્વર, સર્વનો સાક્ષી અને સર્વનો ચાલક છે તેથી અનન્યભાવે તેની સાથે તલ્લીન થવુ જોઇએ એટલે હુ આત્મા છુ. મન, બુદ્ધિ, અહંકાર, કે સ્થૂલ શરીર નથી. એવી દૃઢ ભાવના કરવી એજ જીવનનું ખરૂં કર્તવ્ય છે, આપણે હાવે તેટલુ કુકર્મ કરીયે, પણ તેને માલુમ પડયા વિના રહેતું નથી કારણ કે તે સોના અંતઃકરણમાં રહે છે, વળી તે સાનો સાક્ષી છે એમ જાણી હમેશાં સદાચારી રહેવુ જોઇએ પાપકર્મતરફ પ્રવૃત્તિ કરવી નહિ આપણા શ્વાસોચ્છ્વાસ તેની પ્રેરણા સિવાય ચાલતા નથી કારણ કે તે સોનો પ્રેરક છે તે બરોબર ધ્યાનમાં રાખી આપણે સૌ પરમેશ્વરને આધીન છીએ આપણને તણખનાની પણ સત્તા નથી એમ જાણીને અભિમાનને ત્યાગ કરી સૌ સાથે પ્રેમથી રહેવુ જોઇએ પરમેશ્વરે મનુષ્યને જ્ઞાન એ અમૂલ્ય વસ્તુ આપી છે તેથી સર્વ પ્રાણીઓમા મનુષ્ય ઉચ્ચપ્રતીનુ ગણાય છે. જ્ઞાન આપવાનો ઉદ્દેશ એ છે કે મનુષ્યે આ જગતનુ તત્વ સમજી તે પ્રમાણે પોતાનુ વર્તન પણ રાખે હુ કોણ છુ ? કયાથી આવ્યો છું ? મારી ચોતરફ દેખાતા આ સર્વ જગતનો અને મારો સબંધ શો છે ? જગતનો કર્તા કોણ છે ? મારૂ ખરૂ કર્તવ્ય શુ છે ? એ સર્વ વિચાર કરવા માટે આપણા પૂર્વજ મહર્ષિઓના મતે મનુષ્ય સાધારણ જ્ઞાન દશામાં આવતાંવેતજ આઠે દશ વર્ષ થતામા પ્રથમ તેને સધ્યાનો ઉપદેશ કરવામાં આવે છે સંધ્યાની અંદર ઉપરોક્ત સર્વ પ્રશ્નના ઉત્તર સક્ષેપથી પણ સુબોધ રીતે આપેલા છે આ ઉપદેશ સારો ઠસવા માટે અને તે પ્રમાણે પોતાનુ વર્તન સતત રહે તે માટે સવાર સાંજ એમ બે વખત "अहरह सध्यामुपासीत" દરરોજ જીદગી સુધી સંધ્યા કરવી એમ કહેલુ છે અને એ દૃષ્ટિએ જોતા તો સર્વે મનુષ્યમાત્રે સધ્યા કરવી જોઇએ એમ સિદ્ધ થાય છે જો કે કાલ અને વિધિ જુદા ગણાતા હોય તોપણ તાત્પર્ય તો એકજ છે આ પ્રકારની આ સધ્યા આઠ કે દસ વરસના કુમળા અંતઃકરણના બાળકને શીખવીને તેને સારી રીતે સમજાવી હોય તેની યોગ્યતા પ્રમાણે ઉહાપોહ કરીને તેની બુદ્ધિ ઉપર સારી છાપ બેસે ત્યાં

સુધી તેને અભ્યાસ કરાવ્યો હોય સંધ્યા કર્યા વિના ચેનજ પડે નહિ તેવી ટેવ પાડી હોય અને તે સારી રીતે ટેવાઇ જાય ત્યાં સુધી તે પર સંધ્યા સારી પેઠે કરવાની દેખરેખ રાખી હોય તેા પછી તે સંધ્યા કદી છેાડશે ખરેા ? અને એવી રીતે સંધ્યા કરનારેા બાળક દુરાચારી બનશે ખરેા ? પણ ખેદકારક વાત એ છે કે આવી રીતે બાળકને કેાઇ સંધ્યા શીખવતુ નથી કારણ કે શીખવનારાએાને ભાગ્યેજ તે આવડતુ હોય છે અને તેની યેાગ્યતા પણ સમજતા હોતા નથી, "અમને કઇ આવડતુ નથી અમે શુ કરીએ" એવી રીતે પેાતાનુ અજ્ઞાન વ્યક્ત કરી આડકતરી રીતે માફી માગવાથી આ વાત સમાપ્ત થાય તેમ નથી આજકાલ ઘણા ભાગે સંધ્યાનેા લેાપ થઇ ગયેલેા હોવાથી ધાર્મિક પાખંડ પણ વધી ગયેા છે. અને તેથી ધર્મની જે હાનિ થાય છે અને લેાકકર્તવ્ય ભ્રષ્ટ થવાથી જગતમાં જે અત્યંત નુકશાન થતું જાય છે તે નુકશાનનેા દાવેા છેાકરાના પિતા અને પુરેાહિતના શિરે લાગુ પડે તેમ છે એ પકકુ ધ્યાનમાં રાખવુ જોઇએ

ઉપસ્થાન એ "उद्वयतम" "चित्रन्देवाना" વિગેરે મંત્રામાં

ઉપસ્થાન.

સૂર્યનું મહાત્મ્ય વર્ણવ્યુ છે સૂર્ય સ્થાવર જંગમનેા આત્મા છે. તેનુ અમેા ભજન કરીએ છીએ તે અમને સર્વ સંકટોમાંથી મુક્ત કરેા એમ સૂર્યની પ્રાર્થના કરેલી છે, "દિગ્વંદન" અને "અભિવાદન" એ શિષ્ટાચારની પદ્ધતિ છે જગત એ ઇશ્વરનુ રૂપ છે અને દિક્પાલ એ ઇશ્વરના અંશ છે તેથી દશ દિશાએાને તથા દિક્પાલેાને વંદન કરવાથી જગત રૂપી ઇશ્વ-રને વંદન થઇ શકે છે, એ દિગ્વંદનનેા હેતુ છે વળી પરમેશ્વર જગત ઉત્પન્ન કરીને પાલન પેાષણ કરે છે એ વાત ખરી છે પણ તે પ્રત્યક્ષ દેખાતેા નથી અને માતા પિતા જન્મ આપી પાલન પેાષણ કરે છે અને સન્માર્ગે ચઢાવે છે. એથી માતા પિતા એ પ્રત્યક્ષ દર્શન આપતી ઇશ્વરની મૂર્તિ છે તેથી અત્યંત નમ્રતાપૂર્વક તેમને વંદન કરવાનું છે "દિગ્વંદન" અને "અભિવાદન એ શિષ્ટાચારની પદ્ધતિ સમજી છેાડવાનુ નથી. પણ તેમાંથી વિનયનેા ઉત્તમ ધડેા મળી શકે છે તેથા તે અવશ્ય કરવા યેાગ્ય છે.

સંધ્યામાં જે જે કર્મ કરવાનુ તે સંક્ષેપથી કહ્યુ એ ઉપરથી સંધ્યાનાં મુખ્ય કર્મ કયાં અને અંગેા કયાં એ સહેજે લક્ષમાં આવે તેમ છે હવે જે સૂત્રામાં સંધ્યાનેા પ્રયેાગ કહ્યો છે તે સં૦ ત૦ પ્ર૦ પૃ૦ માં

જોવો, સૂત્રમા સાયસંધ્યા પ્રથમ કહી છે અને ત્યાર બાદ "**एवं प्रातः**" એમ સૂચના કરી પ્રાતસંધ્યા કરવાનુ કહ્યુ છે એ ઉપરથી અગ્નિહોત્ર પ્રમાણે સંધ્યાનો પણ સાયંકાળથીજ આરંભ સૂત્રકારને ઇષ્ટ છે એમ જણાય છે અને તે યોગ્ય છે કારણ કે ઉપનયન થયા પછી સંધ્યા કરવાનુ શરૂ થાય છે ઉપનયન પૂર્વાહ્ન થયા પછી સંધ્યાનો કાળ પ્રથમ સાયંકાળ આવે છે અને તેથી સાયંકાળથી માંડીને સંધ્યાની શરૂઆત કરવાનુ કહ્યુ છે અને તે તદ્દન યોગ્ય છે

આચમન અને સંકલ્પ એ પારિભાષિક છે, પ્રાણાયામ એ ખાસ ઉપયોગી છે માર્જનમંત્રાચમનઅઘમર્ષણ અને અર્ધ્યદાન એ **नित्योदकः** એ સૂત્રને લીધે વિહિત છે વળી ગાયત્રી જપ એ પ્રધાન કર્મ છે અને દિશા દિક્પાલનુ વંદન એ શિષ્ટાચાર પ્રાપ્ત છે એટલે કે આચમન, પ્રાણાયામ, સંકલ્પ, માર્જન, અભિમંત્રણ, અઘમર્ષણ, અર્ધ્યદાન, ગાયત્રી જપ દિશા અને દિક્પાલનુ વંદન અને ગુરૂને અભિવાદન એટલાં કર્મ કરવાથી સંધ્યા સાંગપૂર્ણ થાય છે.

ગાયત્રી જપની સંખ્યાનો સૂત્રમાં ઉલ્લેખ નથી તોપણ સંધ્યાના આરંભની અને સમાપ્તિની જે મર્યાદા કહેલી છે તેટલો વખત સુમારે બે અઢી ઘડી જેટલો છે એટલા વખતમાં સહસ્ર ગાયત્રી જપ થઇ શકે તેમ છે જેને એટલો વખત સંધ્યા તરફ ગાળવાની સવડ ન હોય તેણે થોડા વખતમાં પણ તે વખતે સંધ્યા અવશ્ય કરવી ગાયત્રી જપ શિવાય બીજા કર્મોમા ઘણો તો અડધી ઘડી જેટલો વખત લાગે જ્યારે થોડા વખતમાં સંધ્યા કરવાની હોય ત્યારે જપ શિવાય ઇતર કર્મો સર્વ કરીને જપ અષ્ટોત્તર, અષ્ટાવિંશતિ અગર દશ જેટલો પણ અવશ્ય કરવો એટલે તદ્દન થોડા વખતમા સંધ્યા થઇ શકશે માત્ર સંધ્યાના સમયો સંધ્યોપાસન કર્યા શિવાય કદી પણ ગુમાવવા દેવા નહિ પ્રસંગે પાણી ન મળે તે વખતે આચમનાદિવિધિ કરવો અશક્ય થઇ પડયો હોય, સંધ્યા કરવાને અયોગ્ય સ્થાન પ્રાપ્ત થયુ હોય જેમકે આગબોટમા આગગાડીમાં અથવા દૈવગતિએ રોગી બની પથારીવશ થઇ પડેલા હોઇએ તોપણ તેવી સ્થિતિમાં યથા સંભવ સંધ્યા કરવી જોઇએ. માત્ર પોતાની સ્થિતિનો વિચાર કરીને શક્ય અને યોગ્ય તેટલોજ વિધિ કરવો, શક્ય કે યોગ્ય ન હોય તોપણ ગાયત્રીજપ અવશ્ય કરવો અને તેપણ કરવામાટેપુરતી સ્વચ્છતા કે યોગ્યતા ન મળતી હોય તો કેવળ મંત્રના અર્થપર અનુસંધાન રાખીને પરમેશ્વરનુ

ધ્યાન કરવું પણ સંધ્યાનો વખત વ્યય જવા દેવો નહિ માત્ર અનુકૂળતા હોય તો સર્વ બની શકે તેટલો આચમન પ્રાણાયામાદિ વિધિ કરવાને આળસ કરવી નહિ.

આ લેખ જેઓને આધુનિક સુધારાને અનુકૂળ લાગતો હોય તેમણે ભારતાદિ ઇતિહાસો તરફ લક્ષ આપવું જોઈએ ભારતના યુદ્ધ પ્રસંગે જયદ્રથનો વધ કરવાનો હતો તે દિવસે સાયંકાળે યુદ્ધ અટક્યું નહોતું પણ આખી રાત્ર ચલાવ્યું હતું તે દિવસની સંધ્યા પોતપોતાને ઠેકાણે એટલે હાથી ઘોડા અને રથ ઇત્યાદિ જેજે વાહનો ઉપર જેજે બેઠેલા હતા તેતે ઠેકાણે તેમણે કરેલી હતી એમ મહાભારતની અંદર કહેલું છે. તેમજ પ્રદ્યુમ્નનું અસુરો સાથે યુદ્ધ ચાલતાં સંધ્યાસમય પ્રાપ્ત થયો હતો તેથી તેજ ઠેકાણે તેણીજ સ્થિતિમાં તેમણે સંધ્યા કરી હતી (હરિવંશ વિષ્ણુપર્વ અધ્યા૦ ૯૬) આ ઉપરાંત બીજા ઉદાહરણો પણ આ વાત માટે ઘણાં છે. પણ વિસ્તાર કરવાનું આ સ્થળ નથી તાત્પર્ય એ કે સંધ્યામાં કર્મનું જેટલું મહત્વ છે તેટલુંજ "ક્રિબહુના" તેથી પણ વધારે કાળનું મહાત્મ્ય છે. તે બીલકુલ વિસરવું જોઇએ નહિ કોઇ પણ અનિવાર્ય કારણને લીધે તે વખતે કદાચ ન બને તો–હવે સંધ્યા કરવાનું કંઇ કારણ રહેતું નથી એમ સમજવું નહિ. વખત જતો રહેલો બીજી સંધ્યાના કાળ પર્યંત તે કરવી જોઇએ અને તેમ પણ ન બને તો પ્રાયશ્ચિત કરવું જોઇએ

ઉપરોક્ત વિવેચનથી સંધ્યાએ ધાર્મિક શિક્ષણનું પહેલું પગથીયું છે એ સહેજ લક્ષમાં આવી શકશે એમાં ધર્મનાં ઉચ્ચતત્વો સંક્ષેપ રીતે પણ સુબોધ અને સ્પષ્ટ રીતે જણાવેલા છે જે માણસ નિયમો સમજીને સંધ્યા કરશે તેને ધર્મ વિષયઉપર જરૂર શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન થશે ધર્મનાં ખરા તત્વો તેને સમજવાની ઇચ્છા થશે અને પછી તે તે માર્ગ તરફ પ્રયત્ન કરશે પણ સંધ્યા કરશે તો એ સર્વે બનશે હમણાં સમાજની વાત થોડેક છેટે રહેવા દઇએ અને ધર્મશાસ્ત્રથી જેઓને વેદનો અધિકાર આપવામાં આવ્યો છે. તેવાં ત્રિવર્ણની વાત પણ બાજુએ મૂકીયે પણ "**વર્ણાનાં બ્રાહ્મણો ગુરુ**" એવી ઇશ્વરી મહુતને લીધે જેઓને વંશપરંપરાથી ગુરૂપદ પ્રાપ્ત થયું છે એવા બ્રાહ્મણ તરીકે ઓળખાવનારા પણ રોજ હમેશાં સંધ્યા કરનારા સેંકડે કેટલા મળી આવશે એનો ખરો ઉત્તર આપવો ઘણો કઠીણ છે અને કદાચ કોઇ આપશે તો તે આતશય કડવો લાગે તેમ છે તેથી ઉત્તરની વાટાઘાટમાં ન પડતાં પ્રત્યેકે પોતાને આ

પ્રશ્ન પુછવો અને જે ઉત્તર મળે તે પરથી સામાન્ય પ્રમાણ કાઢવું અગર ધારો કે દુનિયાના તમામ બ્રાહ્મણો સંધ્યા કરે છે પણ તે પૈકી કેટલાકોની કેવી પદ્ધતિ છે તેની થોડી ગમ્મત કરીએ આચમની ભરીને પાણી મોમાં પધરાવે છે અથવા હાથમાં પાણી લઇ કડીની પેઠે મોઢામાં મારે છે અગર તો જીભથી હાથપરનું પાણી ચાટીને કોઇ જુદીજ પ્રકારે આચમન કરે છે નાક અને કાન દબાવે છે એક બે વખત પાણી માથાપર છાંટે છે લોટામાં હાથ ઘાલીને પાણી લઇ અગર આચમની હોય તો તેમાં પાણી લઇ અર્ઘ્ય આપે છે હાથ લાંબા ટુંકા કરી કંઇક મુદ્રાઓ કરે છે ધોતીયાથી કે જનોઇથી હાથ ઢાંકીને આંખો મીંચી જપ કરવા જેવું બતાવે છે અને ઉપર જોઇ બે ત્રણવાર નમસ્કાર કરે છે એ ઉપરાંત કોઇ વિશેષ શ્રદ્ધાળુ હોય છે તે કામળી કે કૃષ્ણાજીનનું આસન લઇ બેસે છે અને સર્વ અંગે ગોપીચંદન, ભસ્મ લગાડી ભપકો કરે છે અને સંધ્યા કરતા જણાય છે આચમનો ઉપર આચમનો કર્યાં જાય છે પ્રાણાયામનો તો કોઇ ઓરતરેથી ડોળ કરે છે શરીર પર પાણી કેટલુંક ઉડાવે છે ભાવિક મુદ્રાથી ઉભા રહી અર્ઘ્ય આપે છે અને ગૌમુખી કે ધોતીયામાં હાથ ઘાલી છુપાવી વખતો વખત માળાનો ખળખળાટ અવાજ કરતા જાણે પુષ્કળ જપ કરી નાખતા હોય એમ બતાવી આપે છે અને તેથી શું ? એ બધા એકજ પદ્ધતિના સમજવા ફક્ત દેખાવમાં થોડો ઘણો ફરક હોય છે જેને અંગે ગોપીચંદન, ભસ્મના પુષ્કળ તિલક દેખાય છે, અને જેણે પાણીથી તરભાણું ભરી નાખેલું હોય છે, અને જેની સંધ્યામાં પુષ્કળ વખત લાગેલો હોય છે તે સંધ્યા સારી રીતે કરી જાણે છે એમ લોકો સમજે છે પણ જ્યારે તેમને પૂછવામાં આવે, કે તમો ભાવિક પણાથી સંધ્યા કરોછો તે ખરી વાત છે પણ સંધ્યા એટલે શું ? આચમન શા માટે કરવું જોઇએ ! પ્રાણાયામનો શો ઉપયોગ થઇ શકે છે ? ગાયત્રી મંત્રનો શો અર્થ થઇ શકે છે ? તો તેનો સમાધાનકારક ઉત્તર આપનારા કેટલા મળશે ? લગભગ ઘણા ઓછા મળી આવશે અને તેથી તેવા મનુષ્યોનો દોષ શો ગણાય ? તેમને શિક્ષણ તેવું મળેલું હોય તેમાં તેઓનો ઇલાજ શો ? સંધ્યાના શિક્ષણની પરંપરા હમણાં એવી ચાલતી આવી છે કે જનોઇ દેવામાં જે પુરોહિત હોય છે તે સંધ્યાની શરૂઆત કરાવે છે ત્યાર બાદ માતાપિતા સાંજ સવાર સંધ્યા કર એમ કેટલાક દિવસ સુધી કહેતા હોય છે અને કેટલાક દિવસો પછી યાદ આવે તો તે સંધ્યા કરી હતી ? તેમ પૂછે છે અને એકાદ વર્ષ પછી તો જુઓ એને નિશાળનો

અભ્યાસ બહુ કરવો પડે છે તેથી તે કહેછે કે રોજ સવાર સાંજ તેને સધ્યા માટે હેરાન કરશો નહિ મોટો થશે ત્યારે કરશે એમ બાયડી બાયડાને કહેતી જણાય છે બસ એમ સધ્યાનુ શિક્ષણ આટોપાઇ જાય છે આ સ્થિતિ જુના વિચારવાળા ગ્રહસ્થોની હોય છે અને આનિક સુશિક્ષણને લીધે સમાજની અદર પ્રકાશમા આવેલાં આધુનિક વિદ્યાચાર સપન્ન ગ્રહસ્થોના કુટુબોમા ધાર્મિક શિક્ષણની કેવી સ્થિતિ બનેલી છે તે કહેવુ ઘણુ કઠીન થઇ પડે તેમ છે, અને તે વિષે જો કઇ કહેતો ભયકર સાહસ કરેલુ ગણાય છે પણ જે વાત સૌની દૃષ્ટિએ દેખાય એ તેનું વર્ણન કરવાનુ કારણ પણ શુ હોઇ શકે ? ગુરૂપદ પામેલા મહાશયો થઇને જ્યારે સધ્યાની આવી કાળજી રાખે તો છોકરાને ક્યાંથી આવડે ? કારણ કે તેતો બીચારૂ કરી શકે શુ ? ઠીક, જન્મથીજ જે શ્રદ્ધાળુ હોય છે, અને જેમ જેમ વૃદ્ધ થતો જાય છે, તેમ તેમ સભાવિતપણે રહેવાને ઇચ્છે છે તેને સધ્યા કરવાની તીવ્ર ઇચ્છા થાય છે, પણ તે શુ કરી શકે ? કારણકે તેને સધ્યા આવડતી હોતી નથી, અને મને સધ્યા શીખવો એમ કહેવામાં શરમ આવે છે પછી તે બીજા લોકોની જોઇ જોઇને તે તેવી સધ્યા કરવા લાગે છે અને તેથી ઉપર વર્ણન કર્યા પ્રમાણે તેની વાત બને છે. બહારથી ડાળ સારો જણાય છે—પરતુ જોવા જતાં અદર કઇ હોતુ નથી હવે તેમા દોષ કોનો તેનો વિચાર કરીએતો બાલ્ય અવસ્થામાં શિક્ષણ મળેલુ નહિ હોવાથી બાળકને દોષવાળો કહી શકાય નહિ. જનોઇ દેનારા ગુરૂમહારાજ તો જનોઇ દેવા પૂરતીજ વાત કરનારા હોય છે, અને પિતાને તો તે તરફ લક્ષ નહિ હોવાથી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિને દોષ આપવો ઘટે છે એટલે કે પરધર્મિ રાજ્યક્રાન્તિને લીધે ધર્મગુરૂઓને ઉદાસીનતા સ્વીકારવી ભાગ પડી છે, અને તેથીજ સમાજના ધાર્મિક બધનો શિથિલ થએલાં છે તેનુજ એ પરિણામ છે.

(હવે સુધારણાનો ઉપાય.)

કોઇ પણ સમાજની ઉન્નતિ કે અવનતિ વિદ્યાર્થીવર્ગના શિક્ષણ ઉપર અવલબીને રહેલી હોય છે હાલમા વેદસનાતન ધર્મના વિદ્યાર્થીવર્ગને ધાર્મિક શિક્ષણ મળતું નથી, અને ગત સૈકામા તે વિષેની કોઇએ ચિન્તા પણ કરી નથી, તેને લીધે પ્રતિકૂળ પરિસ્થતિના ઓઘમાં સપડાએલો વિદ્યાર્થીવર્ગ ધર્મથી વિમુખ થઇ ગયેલો હોવાથી સ્વચ્છદીપણાની ટોચે પહોચે તેમ હતુ, પણ લગભગ ત્રીસ વર્ષથી સમાજના આગેવાનોને ધાર્મિક

આવશ્યકતા જણાઇ ત્યાંથી માંડીને થોડી ઘણી ચળવળ થવા માંડી તેનું પરિણામ એ આવ્યું કે ધાર્મિક શિક્ષણ અવશ્ય જોઇએ એમ સમાજના આગેવાનોનો નિશ્ચિત મત થયો, વળી સરકારને પણ એ વાત સાચી જણાઇ. ફક્ત સાર્વજનિક શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં ધાર્મિક શિક્ષણની યોજના કેમ બની શકે ? એ પ્રશ્નનો વિચાર સમાજ તેમજ સરકાર બહુમહુ કરે છે પણ તેનો ચોક્કસ નિર્ણય હજી સમજાઇ આવ્યો નથી અને જ્યારે જે નિર્ણય થશે ત્યારે તે પ્રમાણે ધાર્મિક શિક્ષણની વ્યવસ્થા પણ બનશે પણ એક વાત લક્ષમાં રાખવી ઘટે છે કે ભિન્ન ભિન્ન ધર્મવાળા વિદ્યાર્થીઓથી ભરેલી સાર્વજનિક શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં ધાર્મિક શિક્ષણની વ્યવસ્થા કદીપણ બનવી મુશ્કેલ છે જે દેશમાં સઘળા લોક પ્રાય એકજ ધર્મના છે એવા યુરોપ, અમેરિકા, તુર્કસ્તાન, અફઘાનીસ્તાન ચીન, જાપાન ઇત્યાદિ દેશોમાં સાર્વજનિક સંસ્થાઓ મારફતે ધાર્મિક શિક્ષણ સુલભપણે આપી શકાય છે પણ જે દેશમાં અનેક ધર્મ છે અને દરેક ધર્મના પેટાભાગ પણ ઘણા છે એવા આ ભરતખંડમાં સાર્વજનિક સંસ્થાઓ મારફતે ધાર્મિક શિક્ષણ આપવું એ અશક્ય નજ હોઇ શકે એ સ્વાભાવિક છે તેથી સરકારને પણ એ વાતનો ફડચો લાવવો મુશ્કેલ છે.

ધર્મ શિક્ષણથી મન ઉત્તમ સંસ્કારી બને છે, અને વિચારો પણ ઉચ્ચ બને છે, અત્યાચારો તરફ પ્રવૃત્તિ થતી નથી "ना विष्णु: पृथिवीपति." એવા પ્રકારે રાજનિષ્ઠા વધે છે

આ વાત આપણને સમજાય છે તેમ સરકારને પણ સમજાય છે પણ કરી શકાય શું ? હાલની ચાલતી સાર્વજનિક સંસ્થાઓમાથી ધાર્મિક શિક્ષણ આપી શકાય તેમ નથી. અને સ્વતંત્રપણે આપવામાં દ્રવ્યની અનુકૂળતા હોતી નથી તો આવે પ્રસંગે સમાજે ધાર્મિક શિક્ષણની ખાસ કરીને વ્યવસ્થા કરવી ઘટે છે

રાષ્ટ્રિય સભા અને સામાજીક પરિષદ્‌ના જેવી સર્વમાન્ય સંસ્થાઓએ આ વિષે વિચાર કરીને ધર્મગુરૂઓના પ્રમુખપણા નીચે એક સર્વ વર્ણિક ધર્માનુયાયી સજ્જનોની સભા કરીને તેની મારફતે ધર્મશિક્ષણ આપવાનો પ્રયત્ન કરવાથી લોકોની સહાયતા સારી મળશે અને મહેનત કરનારા લોકો પણ મળી શકશે પણ એ સર્વ ઉપરપ્રમાણે વિષયની ચર્ચા થાય અને પ્રયત્ન બને તો, તેમજ વિદ્યાર્થી વર્ગનું મન તે તરફ વળે તો આવા પ્ર-

યત્નનો જલદી ઉપયોગ થઇ શકશે. એમ ભરોસો છે તે માટે આટલી સૂચના બસ છે ઇ સ ૧૮૮૦ થી આજસુધીના કાળનુ સ્થૂલદૃષ્ટિએ નિરિક્ષણ કરવાથી એમ દેખાઇ આવે છે કે ઉત્તરોત્તર પછી ! કાળ ધર્મજ્ઞાન માટે અનુકૂળ થતો જાય છે ચાળીસ વર્ષ પહેલા હાઇસ્કુલ કે કૉલેજની અંદર જઇને કોઇ ધર્મનિષ્ટ મનુષ્ય કહે કે આપણો વૈદિક ધર્મ ઘણો સારો છે, તેની અંદર ઘણાં ઉચાં તત્વો છે માટે તેનુ જ્ઞાન સંપાદન કરવુ એ તમારૂ પરમ કર્તવ્ય છે તો તે કહેનાર વિચારાની પુરેપુરી ફજેતીજ થઇ શકતી. પણ હવે તો એ સ્થિતિ રહી નથી આજકાલ દરેક પોતપોતાના ધર્મનો યોગ્ય અભિમાન ઉત્પન્ન થયો છે ધર્મજ્ઞાન સૌને અવશ્ય મળવુ જોઇએ એમ માને લાગે છે અને બનતે ઉપાયે અને મળતા વખતે બની શકે તેટલુ ધર્માચરણ રાખવાની ઇચ્છા પણ જણાઇ આવે છે પણ સાધનોની અનુકૂળતા નહિ હોવાથી એવી ઇચ્છાઓ મનમાને મનમાંજ લય પામે છે વળી કરીને શિક્ષકવર્ગ પરધર્મિ અથવા પરધર્મિઓના શિક્ષણને અનુસરનારો હોવાથી અર્થાત્ તેઓ તરફથી સંધ્યાનુ શિક્ષણ મળવાની કે સંધ્યા કરવાના પ્રોત્સાહનની આશા ક્યાંથી રાખી શકાય. મીશનરી લોક જેમ ચોટામાં ઉભા રહીને વ્યાખ્યાનો આપે છે તેમ આપણા ધર્મના મીશનરી પણ નથી કામાઠી લોકોના છોકરાંને શિક્ષણ આપવા માટે જેમ રાત્રિ શાળાઓ છે તેમ સંધ્યા વિગેરે શિક્ષણ આપવા માટે તેવી શાળાઓ પણ નથી વળી કોઇ ઉપદેશક મળે તો સ્નાન કરવુ જોઇએ, અબોટિયા વિના ચાલે નહિ બેસવા માટે પાટલો કૃષ્ણાજીન અથવા દર્ભાસન પણ અવશ્ય જોઇએ ગોપીચંદન, ભસ્મ વિગેરે સિવાય સંધ્યા થઇ શકેજ નહિ એમ અનેક અડચણો દેખાતી હોવાને લીધે સંધ્યાની વાટે ચાલતા ઘણાખરા વિચારમાં પડે છે માટે કે સર્વ અડચણોનો વિચાર કરી આ પ્રયત્ન કરેલો છે. લક્ષપૂર્વક આ પુસ્તક કોઇ વાચશે તો તેને કોઇ પ્રકારની અડચણ માલુમ પડતી જણાશે નહિ એમ સહેજે લક્ષમાં આવે તેમ છે ગાયત્રી જપ સંક્ષેપ કરવાથી એટલે જપ ઓછો કરવાથી સમગ્ર સંધ્યા દશથી પંદર મીનીટમાં થઇ શકે છે ફક્ત પાણીની જરૂર રહે છે બાકીના સાધનો

માટે સધ્યા અટકી શકતી નથી અને તેવી અડચણોવાળા પ્રસગે તો પાણી માટે સધ્યા અટકાવવી તે યેાગ્ય ગણાય નહિ તેથી નમ્રતાપૂર્વક જણાવવાનું એ છે જે સધ્યા અવશ્ય કરવી જોઇએ તેમ કરવાથી તમારૂં મન પ્રસન્ન અને ઉત્સાહી બનશે, સ્વધર્મ અને પરમેશ્વર પર પ્રીતિ વધશે. યોગ્ય વખતે કર્તવ્ય કરવાની ટેવ પાડવા માટે સધ્યા એ પ્રથમ ધડો લેવા જેવો છે

વિદ્યાર્થી બાળકો ! તમે સસારની ભાવિ ઉન્નતિના સ્તભરૂપ છો. એમ જાણી તમારે માટે આ પ્રયત્ન કરેલો છે.

સંધ્યોપાસનાનો તાત્વિક અર્થ.

આજે પરમાત્માની પૂર્ણકૃપાથી, "સંધ્યોપાસના વિધિ" નો તાત્પર્ય શો છે? તેનો વિચાર કરવાની મારી તક મળી છે.

સંધ્યોપાસના.

अहरहः सन्ध्यामुपासीत.

"હમેશ સંધ્યોપાસના કરવી જોઇએ" એવી આપણા વેદશાસ્ત્રોની આજ્ઞાને અનુસરીને આપણા પૂર્વજ મહર્ષિઓ ઘણાજ દીર્ઘ સમયથી સન્ધ્યોપાસના વિધિ કરતા આવ્યા છે અને હજુ પણ આપણે તે કામને ફરજીઆત સમજી છે. આઠ વરસની બાલ્ય અવસ્થાથી માંડી મરણ પર્યન્ત સંધ્યોપાસના કરવા ચુકતા નથી

સંધ્યોપાસનાની વ્યાખ્યા.

"સન્ધ્યા" એ શબ્દનું બંધારણ "ध्यै" ધાતુ ઉપરથી થયું નથી પણ સન્ધિ એ પદ ઉપરથી થયેલું છે અને તેથી તેના બે વિગ્રહ થઇ શકે છે सम्यक् ध्यायन्ते यस्यामा सन्ध्या अथवा सन्धौ भवा सा सन्ध्या આ બન્ને પ્રકારના વિગ્રહોના અર્થ કરતી વખતે એક અધ્યાહાર પદ ઉમેરી અર્થ કરવો પડે છે અને તેમ કરવાથી અર્થ સરળ થાયછે તે એવી રીતે કે જેની અન્દર બ્રહ્મજ્યોતિનું ધ્યાન શ્રેષ્ઠ પ્રકારે કરી શકાય તેની ઉપાસના તે સંધ્યોપાસના કહેવાય એમ પ્રથમ વિગ્રહનો અર્થ થાય છે અને "સંધિમાં" પ્રગટ થતી જે બ્રહ્મ જ્યોતિ તેની ઉપાસના કરવી તે સંધ્યો પાસના કહેવાય એમ બીજા વિગ્રહનો અર્થ થાય છે

ઉપરોક્ત બે વિગ્રહમાં બીજો મુખ્ય છે, તથા પહેલો ગૌણ છે તેનું મુખ્ય કારણ એ છે કે પહેલા વિગ્રહમાં "જેની અંદર તે તેજની ઉંડી રીતે ધ્યાન થાય તે શારિરિક, માનસિક, અથવા બીજી પરિસ્થિતિની ઉપાસના કરવાનું સમજાય છે" અને બીજા વિગ્રહમાં "સન્ધિમાં ઉત્પન્ન થતી બ્રહ્મજ્યોતિનું ધ્યાન અને ઉપાસના કરવાનું સૂચવે છે

પહેલા વિગ્રહમાં જ્યારે બ્રહ્મજ્યોતિ પ્રાપ્તિના સાધન રૂપ મન બુદ્ધિ વિગેરેની ઉપાસના બતાવે છે ત્યારે બીજા વિગ્રહમાં ખાસ બ્રહ્મજ્યોતિનુજ ધ્યાન અને ઉપાસના કરવાનું સમજાવે છે એ વિશે શ્રી શંકરાચાર્ય કૃત સદાચાર સ્તોત્ર અને શિવસ્વરોદયના પ્રમાણો સમ્મતિ આપે છે

"अनादिर्विशमः सन्धि निराहारं निराकरोत्। (शिवस्वरोदय)

"लयविक्षेपयोः सन्धौ मनस्तत्रनिरामिश ॥ सम्भिः साधितो येन समुक्तोनात्रसंशयः"॥ सदाचार स्तोत्र

આ ઉપરથી આપણે બીજા વિગ્રહને મુખ્ય ગણીયું અને સન્ધિ પામના એટલે સન્ધિમાં પ્રગટ થતી બ્રહ્મજ્યોતિની ઉપાસના કરવી એમ માનીયું

સાધનો સાધવા કરતાં સાધ્ય સાધવાની આવશ્યકતા મુખ્ય ગણાય છે માણસ માત્રને સાધવા યોગ્ય વસ્તુ 'સ્વયંજ્યોતિ' પરમાત્મા છે સ્વયંજ્યોતિનું ધ્યાન બીજા બધા સમયો કરતાં સન્ધિના કાળોમાં કરવાનું સુગમ થાય છે ત્યારે હવે સન્ધિનો કાળ ક્યો? તે વિશે વિવેચન કરવાની જરૂર છે

સન્ધિની સમજ.

પ્ર૦ સન્ધિ એટલે શું? અને તે કોની?

ઉ૦ એક પદાર્થની સમાપ્તિ થયા પછી બીજાની શરૂઆત થતી હોય તે બન્નેના વચ્ચેના વિભાગને સન્ધિ કહે છે

જગતમાં આપણે જે જે જોઇએ છીયે તે તે સર્વ વસ્તુ એકજ પદાર્થથી બનેલી હોતી નથી, પણ તે અનેક પદાર્થોથી બનેલી હોય છે ઉદાહરણ તરીકે ઘર લઇએ તો ઘર ઇંટો, ચુનો, માટી, પથ્થર, લાકડા વિગેરે ઘણા પદાર્થોથી બનેલું હોય છે તેમાં તે પદાર્થો જુદા જુદા દેખાતા હોય છે ત્યારે જે ઠેકાણે આ પદાર્થો પૈકી એક પદાર્થ સમાપ્ત થઇ બીજો પદાર્થ શરૂ થાય છે તેને સન્ધિ કહે છે

સન્ધિમાં બ્રહ્મજ્યોતિ શી દેખાય છે તેની સામાન્ય કલ્પના લાવવા માટે પંચદશીકારે લીધેલા "ચિત્ર દીપ" માના નાટકના પડદાનું ઉદાહરણ

લઇશુ. ચિતારો નાટકનો પડદો બનાવવા ઇચ્છે છે ત્યારે પ્રથમ ચોખ્ખુ કપડુ
લે છે પછી તેને હરકોઇ એક જાતનો રંગ ચડાવે છે ને તેના પર જુદા
જુદા રંગની વેલ બુટ્ટીઓ વિગેરે ઘણા ચિત્રો તથા ઉંચાનિચા સ્થળો
અને જુદા જુદા દેખાવો ચિતરે છે પડદા સંપૂર્ણ તૈયાર થયા પછી જોનાર તે
પડદાનો પહેલો રંગ કયા છે તેની શોધ કરવા ઇચ્છે તો તેને પહેલો રંગ
કયા દેખાશે ? એ સવાલ થશે—ત્યારે જવાબ એ મળશે કે પડદા પરના
પ્રથમ રંગ ઉપર ચિતરેલી જુદા રંગની વેલ બુટ્ટીઓનો જ્યા જ્યા છેડો
આવતો હશે અને બીજી વેલોની શરૂઆત થતી હશે ત્યાં ત્યાં વચ્ચે રહેલા
સાંધાઓમા અર્થાત્ સન્ધિઓમા પડદા પરનો પહેલો રંગ દેખાશે બીજી
જગોએ નહી તેનાની સંધિઓના જોડા ઘણા સૂક્ષ્મ હોય છે પણ તે સૂક્ષ્મ
મધ્યેજ પડદાનો પ્રથમ રંગ દેખાય છે.

આ દ્રષ્ટાંત આપણી ચાલુ વાત સાથે સરખાવીએ તો નિરાકાર અને
નામ રૂપાદિરહિત અદ્વૈત વસ્તુરૂપી પડદાને માયાએ બ્રહ્મરૂપી પ્રથમ રંગ
ચડાવીને તેનાપર તેણે અનેક જોડા ચીતર્યા છે તે તે જોડાની સંધીઓથી
બ્રહ્મનુ દર્શન થઇ શકે તેમ છે બીજી કોઇ પણ જગો પરથી નહીં.
બ્રહ્મનુ દર્શન એટલે બ્રહ્મનો અનુભવ થવાનુ સમજવાનુ છે.

નાટકના પડદાપરના જોડાઓની ગણત્રી થઇ શકે છે પણ અદ્વૈત બ્રહ્મ
રૂપી પડદા ઉપર ચિતરેલા જોડાઓની ગણત્રી થઇ શકતી નથી કારણ કે
તેનુ કામ અનાદી કાળથી ચાલતુ આવ્યુ છે તેમાના દરેક જોડા ઓછા
વધારે પ્રમાણમાં નાશવંત છે અને કેટલાક વધારે વખત ટકતા જણાય છે.
પણ અવિનાશી અને કદી ભંગ ન પડે તેવુ જોડુ દુનીયામા એકે નથી.

એક જોડુ નાશ પામતા તરતજ તે જગોએ બીજુ જોડુ કહાડવામા આવેછે
એ પ્રમાણે જોડા કહાડવાનુ કામ સતત ચાલુજ છે અને અનંત કાલ
સુધી ચાલુજ રહેશે

જોડા ચિતરનારી માયા આળસ વિનાની છે, હમેશા ઉદ્યોગી, ખંતિલી
તથા ચતુર છે તેના જોડાંની ગણના જો કે થાય તેમ નથી પણ વર્ગવારી
માત્ર કરી શકાશે.

વર્ગીકરણ કરવા માટે જેમા અનેક પ્રકારના જોડાઓનો સમાસ
થાય છે તે જગતનુ જ્ઞાન થવા પહેલુ જાણવુ જોઇએ જ્યારે માણસની
બાહ્ય ઇન્દ્રિયોનો અને અંતઃકરણનો સંયોગ તેના આત્મા સાથે થાય છે
ત્યારે તેને સંપૂર્ણ જગતનુ જ્ઞાન થાયછે. તે વિશે વધુ વિવેચનની
જરૂર છે.

૪

ત્ર આખો કાન નાક જીભ અને ચામડી એ ઇન્દ્રિયો કહેવાય છે તેને લીધે અનુક્રમે જોવાનુ સાભળવાનુ સુઘવાનુ સ્વાદ લેવાનુ અને સ્પર્શ લેવાનુ ભાન થાય છે વળી તે ઇન્દ્રિયોને લીધે પૃથ્વિ જલ તેજ વાયુ અને આકાશથી બનેલા સર્વ પદાર્થો સમજાય છે

પાચ ઇન્દ્રિયો પૈકી કોઇ એક ઓછી હોય છે તો બાકીની ઇન્દ્રિયો તેની ખોડ પુરી પાડેછે પણ બધી ઇન્દ્રિયોથી રહીત માણસ કોઇ જગાએ મળી શકે તેમ નથી

શાસ્ત્રકારોએ અતઃકરણના મન બુદ્ધિ અહકાર અને ચિત્ત એમ ચાર ભાગ પાડેલા છે તેમનુ કામ અનુક્રમે સકલ્પ વિકલ્પ કરવા, નિશ્ચય કરવા, અહપણુ રાખવુ અને સ્મરણ રાખવાનુ છે

બહારના પદાર્થોના સસર્ગથી જે સુખ દુખાદી વિકારો ઉત્પન્ન થાય છે તેનો અનુભવ "મનને" થાય છે અને મનના અનુભવ પ્રમાણે સુખકારક સર્વ વસ્તુઓ મળે અને દુખદાયક વસ્તુઓ બધી નાશ પામે તેનો નિશ્ચય પૂર્વક વિચાર "બુદ્ધિ" ઉત્પન્ન કરે છે વળી "અહકાર" એ અહપણાની ભાવના રાખે છે તેમજ પાછળનો અનુભવ આગળપર ઉપયોગી થઇ પડે તે માટે તેનુ સ્મરણ "ચિત" રાખે છે એ પ્રમાણે અતઃકરણના ચાર ભાગ ચાર પ્રકારનુ કામ ચલાવે છે

ચિત્ત અને અહકાર એ નવુ જ્ઞાન ઉપન્ન કરતા નથી પણ થએલા જ્ઞાનનેજ ઉપયોગ કરી શકે છે અને મન તથા બુદ્ધિ તો નવું જ્ઞાન એટલે વિકાર અને વિચારનુ ભાન કરી આપે છે એ પ્રમાણે માણસને જે જગતનુ જ્ઞાન થતું હોય તો તેની બહારની ઇન્દ્રિયો તથા મન અને બુદ્ધિ એ ત્રણ સાધનો દ્વારા થાય છે એ ત્રણ શિવાય જગતનુ જ્ઞાન કરી આપવા ચોથુ સાધન નથી એટલે કે સસારના તમામ જોડાના "ભૌતિક" "માનસિક" અને "બોદ્ધિક" એમ ત્રણ વર્ગ પાડી શકાય છે અને એ ત્રણ સાધનના અનુક્રમથી જગતના જોડાનુ વર્ગીકરણ કરાય છે

ભૌતિક વર્ગની સમજ નિચે મુજબ

જેનુ જ્ઞાન બહારની ઇન્દ્રિયોથી થઇ શકે છે તે સર્વ જોડાના વર્ગને "ભૌતક વર્ગ" કહેવાય છે

પ્ર૦ માનસિક વર્ગ એટલે શુ ?

ઉ૦ સુખ દુખ રાગ દ્વેશ ઇત્યાદી વિકારો મનને લીધે સમજાય છે તેથી ॥ માનસીક વર્ગ સમજવા ॥

પ્ર૦ બાદ્ધિક વર્ગ એટલે શુ ?

ઉ૦ બુધ્ધિમા વિચારોની ખરી ખોટી તુલના કરી તેનો નિશ્ચય કરનારૂં જ્ઞાન હોવાથી તે "બાદ્ધિક" વર્ગ કહેવાય છે

એ પ્રમાણે જગતમા જે જે જોડા જણાઇ આવે છે તે તે સર્વ જોડાઓના "ભાતિક" "માનસિક" અને "બાદ્ધિક" એમ ત્રણ વર્ગ થઇ શકે છે આ ત્રણ વર્ગ પૈકીના કોઇ પણ વર્ગમા જગતનો એકે પદાર્થ નથી આવતો એમ નથી આ ત્રણ વર્ગ પકીના જોડાઓની સધિમાથી જોયુ હોય તો જગતરૂપી પડદાનો પ્રથમ રગ જે બ્રહ્મ તેનુ દર્શન થાય છે તેથી એ સધિઓમાજ તેનો અનુભવ લેવા પ્રયત્ન કરવો અને બ્રહ્મમા લીન થવુ એ ખરી સધ્યોપાસના કરી ગણાય

પ્ર૦ તમોએ બતાવેલી સધિઓમાથી બ્રહ્મનુ જ્ઞાન કઇ રીતે કરવુ ?

ઉ૦ સધિના સમયે બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે અભ્યાસ પાડવો જોઇએ

પ્ર૦ અભ્યાસ કરતા કેટલો વખત લાગે ?

ઉ૦ તેનો ખાસ નિયમ નથી ગીતામા કહ્યુ છે કે अनेक जन्मसंसिद्धि स्ततोयाति परांगतिम् ॥ તેથી બ્રહ્મજ્ઞાન સિદ્ધ થવા માટે ઘણા જન્મ સુધી અભ્યાસ કરવો જોઇએ

પ્ર૦ ત્યારે સતમહાત્માઓ એકજ જન્મમા અને વળી અલ્પકાળમા બ્રહ્માનુભવ કરાવી શકયા છે તેનુ કેમ ?

ઉ૦ બ્રહ્માનુભવ કરનાર મનુષ્ય ઘણા જન્મથી તેનો આધિકારી બનેલો હોય છે તેથીજ

પ્ર૦ મનુષ્યને સામાન્ય બ્રહ્મજ્ઞાન થવા માટે કેટલો વખત લાગે છે ?

ઉ૦ એક જન્મથી વધારે વખત લાગે છે

પ્ર૦ ત્યારે જોડાઓની સધિમાથી બ્રહ્મનો અનુભવ લેવા માટે તેનો અભ્યાસ કરતા માણસે એક જન્મ પુરો કરવો એ ઓછામા ઓછુજ ગણાય કેમ ?

ઉ૦ હા તે વાત અભ્યાસના બળ ઉપર આધાર રાખે છે માણસની જીદગી સુધી ટકી રહેનારા જોડાઓની સધિમાથી બ્રહ્માનુભવ કરવા પ્રયત્ન કરે તો એક જન્મમા પણ બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર થાય છે

પ્ર૦ તેવા જોડા કયા કયા છે ?

ઉ૦ જોડાઓના ત્રણ વર્ગ કહ્યા છે. તે પછી માનસિક અને બૌદ્ધિક જોડા માણસના મરણ સુધી ટકી રહે છે કારણ કે માણસ જન્મે ત્યાંથી તે મરે ત્યાં સુધી તેનામાં વિકાર અને વિચાર ચાલુ હોય છે એ વિકાર અને વિચારથી રહીત એવી એક ક્ષણ પણ માણસની જીંદગીમાં મળી આવતી નથી તેથી તે જોડની ચુંટણી કરવાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. પણ ભૌતિક જોડાની ચુંટણી કરવી પડે છે વળી ભૌતિક જોડામાંથી કેટલાક જોડા માણસના આયુષ્યથી ઓછા ટકનારા હોય છે માટે તેમને છોડી દઈ ફક્ત માણસના આયુષ્ય સુધી ટકી રહે તેવા ત્રણ જોડા સર્વ સામાન્ય માણસોને અભ્યાસ કરવા માટે આપણા પૂર્વજ મહાત્માઓએ ચુંટી રાખ્યા છે

પ્ર૦ તે કયા કયા છે ?

ઉ૦ દિવસ અને રાતનું ઉંઘવા અને જાગવાનું ડાબો અને જમણો શ્વાસ લેવાનું એમ ત્રણ છે તેની સંધિમાંથી બ્રહ્મનો અનુભવ લેતા શીખવું જોઈએ એટલે કે સંધ્યોપાસના કરવી જોઈએ

પ્ર૦ સંધ્યોપાસના—બ્રહ્મનો અનુભવ લેવાનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો તેની રીતો કેટલી છે

ઉ૦ તેના જુદા જુદા પ્રકાર છે

પ્ર૦ તે કેવી રીતે ?

ઉ૦ તમને ઉદાહરણ પ્રત્યુદાહરણાથી સંધિ વિષે વિવેચન કરી બતાવ્યું છે તેથી સમજાયું હશે કે દુનીયાની તમામ સંધિઓનું વર્ગીકરણ કરતાં ફક્ત મુખ્ય ત્રણ સંધિઓ છે ને તે ૧ ભૌતિક ૨ માનસિક ૩ બૌદ્ધિક એ નામે ઓળખાય છે સામાન્ય માણસો માટે ભૌતિક સંધ્યા કરવાનું હોય છે યોગી અને જ્ઞાની પુરૂષ માનસિક અને બૌદ્ધિક સંધ્યા કરે છે

આ ભૌતિક સંધિઓના ત્રણ ભેદ છે તેમાં પહેલો ભેદ દિવસ અને રાત વચ્ચેનો ગણાય બીજો ભેદ ઉંઘતા અને જાગતા વચ્ચેનો ગણાય અને ત્રીજો ભેદ ડાબો અને જમણો શ્વાસની વચ્ચેનો મધ્ય શ્વાસનો ગણાય એ ત્રણ પૈકી પ્રથમ જોડી દિવસ અને રાતની છે. જ્યારે રાત મટી દિવસ થાય છે ત્યારે તે સંધિને પ્રાતસંધિ—પ્રાતઃકાળ કહે છે અને દિવસ મટી રાત શરૂ થાય છે. તે વખતે જે સંધિ હોય છે તેને સાયંસંધિ—સાયંકાળ કહે છે તે વખતે સંધ્યોપાસના કેવી રીતે કરવી, તે વિષે આપણા શાસ્ત્રકારો કહે છે કે—"ध्येय सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ती नारायण सरसि

आसन सन्निविष्टः ॥ केयूरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटी हारी हिरण्मयवपु धृत शङ्खचक्र ॥" જે કમળાપ બેઠેલા છે, જેણે મુકુટ, મકર, કુંડલ બાજુ બંધ, અને હાર ધારણ કર્યાં છે, વળી જેના હાથમાં શંખ, ચક્ર, શોભે છે, જેનું શરીર જાણે કે સોનાનું જ બનેલું હોય એમ દેખાય છે અને જેણે સૂર્યમંડળની વચ્ચે વાસ કરેલો છે તે નારાયણનું હમેશાં ધ્યાન કરવું જોઈએ

પ્ર૦ નારાયણ એટલે કોણ ?

ઉ૦ અવ્યક્ત, નિરાકાર—આકાર રહિત પરમાત્માના પ્રથમ વ્યક્ત બ્રહ્મરૂપ—સાકારરૂપને અભ્યાસી પુરુષો નારાયણ તરીકે ઓળખે છે. અને તેનું ધ્યાન દિવસ રાતનો વિભાગ કરનાર સૂર્યમંડળને ઉદ્દેશીને કરે છે અને તે ધ્યાન સૂર્ય પૂર્ણ પણ પ્રકાશ્યા પછી કરી શકાતું નથી પણ સૂર્યોદયની સંધિમાં અને સૂર્યાસ્તની તૈયારી થાય તે સંધિમાં સૂર્યમંડળને અનુસરી કરવામાં આવે છે તેમ કરવાથી બ્રહ્મ—નારાયણનું ધ્યાન થાય છે તે સિવાયના સમયમાં થતું નથી તેથી આમ પ્રાતઃકાળ ને સાયંકાળ વખતેજ સંધ્યોપાસના કરવાનું શાસ્ત્રકારોએ કહ્યું છે.

પ્ર૦ આહ્નિક સંધ્યાનો પહેલો ભેદ સમજાયો હવે બીજો ભેદ જે જાગ્રતિ અને નિદ્રા આવવાની વચ્ચે સંધ્યા પાસન-ધ્યાન કરવાનું કહો છો, તે કેમ બને તે સમજાવો

ઉ૦ જાગવાપણું અને ઉંઘવાપણું એ બે સ્થિતિનો અનુભવ માણસ માત્રને છે આખા દિવસ કામ કરવું અને દિવસે કરેલા કામનો થાક ઉતારવા રાત્રે ઉંઘ લેવી એ પ્રકાર સૌને હમ્મેશાંજ ચાલુ છે એ બેના સંધિકાળમાં બ્રહ્મનો અનુભવ લેવાનું યોગશિખામાં કહ્યું છે,

निद्रादौ जागरस्यान्ते योभाव उपपद्यते
नभाव भावयन्नित्य मक्षयानन्द मश्नुते

જાગ્રત અવસ્થા સમાપ્ત થયા પછી અને ઉંઘ આવતા પહેલાં મનની જે સ્થિતિ હોય છે તેને જે હમેશ ક્રમ ગણીને અનુભવે તો અક્ષય આનંદની પ્રાપ્તિ થાય છે

શાસ્ત્રકારોએ બ્રહ્મનું સ્વરૂપ, સત્, ચિત્ અને આનંદ માન્યું છે. સત્-સત્તા, ચિત્-જ્ઞાન, અને આનંદ એટલે સુખ તેનો [illegible] છે આ ત્રણ પ્રકારનું જ્ઞાન માણસ માત્રને છે પણ સવિષય—વિષયો સાથેનું છે પણ એ ત્રણનું જે નિર્વિષયજ્ઞાન તેજ બ્રહ્મજ્ઞાન કહેવાય છે,

પ્ર૦ બ્રહ્મનુ જ્ઞાન કેમ થાય ?

ઉ૦ અમુક અમુક વિષયોને લઈને "સત-સત્તાનું" જ્ઞાન થાય છે અને અમુક વિષયને લઈને "ચિત" નુ જ્ઞાન થાય છે તેમજ અમુક પદાર્થ કે વિષયને લઈને આનંદ અનુભવાય છે પણ તે સર્વ પદાર્થ પરિચ્છિન્ન સત ચિત અને આનંદનો અનુભવ થતા હોવાથી પદાર્થો અને વિષયો નષ્ટ થએ તે ભાન કાયમ રહેતુ નથી માટે પદાર્થ - વિષયોથી અપરોક્ષજ્ઞાન તેજ ખરૂ સત ચિત આનંદના અનુભવનુ બ્રહ્મજ્ઞાન થાય છે.

પ્ર૦ સત્ ચિત આનંદ વિષયથી રહિત કેમ હોય છે ?

ઉ૦ સત ચિત આનંદ હમેશા સર્વ ભાગમા વિષય રહિત હોય છે એમ શાસ્ત્રકારો અને અનુભવી મહાત્માઓ નિશ્ચયપુર્વક કહે છે અને તે વાત સચી છે

દ્રષ્ટાંત-ધારો કે મારા હાથમા એ ચોરસ ફાનસ છે તે ચોરસ ફાનસના અજવાળાને લીધે વીસ હાથપર રહેલી વસ્તુ દેખાય છે તેનુ કારણ એ છે કે ફાનસમાથી નીકળેલા પ્રકાશના કીરણો સામી વસ્તુ ઉપર પડે છે અને તેને લઈને તે વસ્તુ દેખાય છે પણ ફાનસ અને સામે રહેલી વસ્તુની વચ્ચે ફાનસમાની જ્યોતિ દેખાતી નથી કારણ કે તે જ્યોતિને ચોટે તેવો કાંઈ પદાર્થજ નથી ત્યારે જ્યોતિ દેખાતી નથી તેથી શુ જ્યોતિ છેજ નહી ? એમ પણ કહી શકાશે નહી એ પ્રમાણે પરબ્રહ્મથી પ્રગટ થએલા સત ચિત અને આનંદના કિરણો પદાર્થોને વિષયોને વળગેલા આપણને સમજાય છે તેથી પદાર્થથી તે ભિન્ન હોઈ શકેજ નહી એમ શુ આપણાથી કહી શકાશે ? નહી ફાનસના જ્યોતિ પ્રમાણે તે અસ્તિત્વમા હોય છેજ માટે સત ચિત અને આનંદનુ જ્ઞાન વિષયોથી રહીતપણે થાય તોજ બ્રહ્મનો અનુભવ થઈ શકે છે અને તે હેતુથીજ યોગવાસિષ્ઠકારે ઉપરોક્ત શ્લોકથી સમજાવ્યુ છે

જાગૃત અવસ્થામા માણસ જે જે વ્યવહાર કરે છે તે સર્વે અમુક અમુક વિષયોને આધિન થઈને કરે છે તે વખતે તેને સતચિત અને આનંદનો અનુભવ સવિષય પ્રાપ્ત થતો હોય છે

જાગૃત અવસ્થા પછી ઉંઘ આવવા લાગે છે ત્યારે તેના વિષયોનો ધ્યાન છુટતા જાય છે અને વિષયો ક્રમક્રમે છુટી ગયા પછી તેને તુર્તજ ઉંઘ આવે છે. તે પ્રસંગે તેનુ ભાન રહેતુ નથી વિષયના ધ્યાન છુટવાથી નિર્વિષય સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે પણ તે સ્થિતિ પ્રાપ્ત થતાની સાથે તો તેને ઉંઘ આવી જાય છે અને ભાનથી રહીત થાય છે વળી ઉંઘ કેવી આવી અને ક્યારે આવી તે કોઈથી કહેતા આવડતુ નથી. માણસ એ

નિર્વિષય સ્થિતિનો જો અભ્યાસ કરે અને તેને તેનુ ભાન થવા લાગે તો તેને "અક્ષયાનંદ" બ્રહ્મનો અનુભવ થાય

"સર્વઆનંદોનુ મૂળસ્થાન અક્ષયાનંદ બ્રહ્મજ છે."

અક્ષયાનંદ જે બ્રહ્મ છે તેજ સર્વે સવિષય આનંદોનુ મૂળસ્થાન છે તેના આગળ સર્વ આનંદો તુચ્છ છે તેનો આનંદ માણસને ઉંઘ આવતી વખતે થાય છે. ઉદાહરણ-ધારો કે દશ માણસોનુ એક મંડળ ગપ્પાનંદમા ગરક બની ગયુ છે તે મંડળને ગપ્પાનંદ આગળ સર્વ વાતો તુચ્છ લાગે છે. એ પ્રસંગે તેમાના એકાદ માણસને ઘણીજ ઉંઘ આવતી હોય અને ઉંઘથી ઝોકા ખાતો હોય તે વખતે તેને મંડળના ગપ્પા સભળાતા હોય છે અને બીજા લોકો ગપ્પાનંદનો સ્વાદ લે છે, એ પણ તે સમજતો હોય છે પણ તે આનંદની અંદર સામેલ થવા તેની પ્રવૃત્તિજ હોતી નથી તેને તે ગપ્પાનંદ તુચ્છજ લાગે છે કારણ કે વ્યવહારમા આપણો અનુભવ એવો છે કે મોટો આનંદ પ્રાપ્ત થાય તોજ નાનો આનંદ તુચ્છ લાગે જે તો પછી બીજી સર્વ વાતોનુ ભાન નાશ કરનારા અપાર ગપ્પાનંદમા મંડળ મગ્ન હોય છતા તે તેને તુચ્છ લાગે તેમા નવાઇ નથી કારણકે તેની પ્રવૃત્તિ બીજા કોઇ પણ મોટા આનંદ તરફ હોય એમ નક્કી થાય છે

પ્ર૦ કોઇ પણ મોટો આનંદ એટલે ઉંઘનોજ મોટો આનંદ કે બીજો આનંદ તેને થાય છે?

ઉ૦ ના, કારણ કે ઉંઘ આવ્યા પછી શુ થાય છે તેનુ તેને ભાન પણ રહેતુ નથી.

પ્ર૦ ત્યારે તેને મોટો આનંદ શાનો થાય છે?

ઉ૦ ઉંઘ આવતા પહેલા તમામ વિષયોથી રહીત જે સ્થીતિ થાય છે તે સ્થિતિનો આનંદ તેને થાય છે

શિષ્ય કહે છે કે મહારાજ! ત્યારે તો તેને નિર્વિષય સ્થિતિના આનંદ આગળ બીજા બધા ગપ્પાનંદો હલકા લાગે એ નિર્વિવાદ છે.

પ્ર૦ ઉંઘનારને નિર્વિષય સ્થિતિની માહીતી હોય છે ખરી?

ઉ૦ ના હોતી નથી, પણ એ નિર્વિષય સ્થિતિમા એક મોટો ગુણ છે. તે એ કે તે સ્થિતિ તેના મનને બીજી વાતોના મોહપાશથી ખચતા હોય છે.

પ્ર૦ એ સ્થિતિ કેટલો વખત રહે છે?

ઉ૦ ઘણોજ થોડો વખત રહે છે. એ સ્થિતિ એટલી બધી અલ્પ હોય છે કે તે સ્થિતિ તેને કયારે પ્રાપ્ત થઇ અને ત્યાર પછી તેને કયારે ઉત્થ આવી અને ભાન કયારે નષ્ટ થયુ એ બીલકુલ સમજાતુ નથી વળી તેમ થવાથી ઉપ કેવી અને કયારે આવી તે તેને કહેતા પણ આવડતું નથી

આ ઘણીજ અલ્પ સ્થિતિ અખંડ કાયમ રાખતા આવડે તો અક્ષયાનંદ જે બ્રહ્મ તેનો અનુભવ પ્રાપ્ત થાય એમ યોગવસિષ્ટકારે ઉપરના શ્લોકમા જણાવ્યુ છે.

ભૌતિક જોડા પછી બીજા જોડા જાગૃતિ અને નિદ્રા, તેમની સંધિમાથી ધ્યાન–સંધ્યોપાસના કેમ કરવી તે બતાવ્યુ

"ભૌતિક સંધ્યાના ડાબા જમણા શ્વાસનો ત્રીજો પ્રકાર."

પ્ર૦ ભૌતિક સંધ્યાનો ત્રીજો પ્રકાર ડાબા જમણા શ્વાસની સંધિનો છે. તેની સંધિમાથી સંધ્યોપાસના કેમ થાય તે કહો?

ઉ૦ માણસ માત્રને ડાબા જમણા નાકમાથી શ્વાસ વહેતો હોય છે તે શ્વાસ કોઈ વખત એક નાકમાથી વહે છે અને કોઈ વખત બીજા નાકમાથી વહે છે એમ ફેરફારીથી વહ્યા કરે છે અને કોઈ વખત બંને નાકમાથી એક સરખો વહે છે એ વાત સૌના અનુભવમા છે

પ્ર૦ એ શ્વાસની ગતીનો અભ્યાસ કેમ કરવો? તથા તેમા બ્રહ્મનો અનુભવ કેમ મળે તે કહો?

ઉ૦ તે માટે સ્વર શાસ્ત્ર રચાએલુ છે

પ્ર૦ તેમા કયા વિષયો છે તે ટુંકમા કહો

ઉ૦ સ્વર શાસ્ત્રમા શ્વાસની ગતીનો અભ્યાસ કરી બ્રહ્મનો અનુભવ કેમ લેવો તથા શરીર નિરોગી કેમ બનાવવુ, ભૂત ભવિષ્યની હકીકત કેમ સમજવી, અનિષ્ટ વાતો કેમ દૂર કરવી, ધારેલુ કામ પાર પાડવુ ઇત્યાદી ઘણી હકીકતો સમાએલી છે

પ્ર૦ શ્વાસને સ્વરશાસ્ત્રમા શુ કહે છે? તથા તેના પ્રકાર કહો

ઉ૦ શ્વાસને સ્વર શાસ્ત્રમા સ્વર કહે છે. શ્વાસ જેને લીધે ચાલે તેને નાડી કહે છે. જમણા નાકમા ચાલતા સ્વરને સૂર્યસ્વર કહે છે. અને જેને લીધે સૂર્ય સ્વર ચાલે તેને 'પિંગલા" નાડી કહે છે. ડાબા નાકમાથી વહેનારા સ્વરને "ચંદ્રસ્વર" કહે છે અને જેને લીધે ચંદ્રસ્વર ચાલે છે તેને 'ઇડા નાડી' કહે છે પિંગલા અને ઇડા નાડીની વચ્ચે સંધિમા જે ચાલે છે તેને 'સુષુમ્ણા' નાડી કહે છે.

ઇડા અને પિંગલા—ડાબો અને જમણો સ્વર માણસની નિરોગી સ્થીતિમા અકેક કલાકે બદલાય છે

પ્ર૦ ઇડા—ડાબો સ્વર ચાલતા અને પિંગલા—જમણો સ્વર ચાલતા કયા કાર્યો શુભ અને કયા કાર્યો અશુભ બને છે ?

ઉ૦ તે સ્વર શાસ્ત્રમા વિસ્તાર પૂર્વક બતાવ્યુ છે. અત્રે વિષયાતર થવાના ભયથી કહેતા નથી.

પ્ર૦ ત્યારે ઇડા અને પિંગલા નાડીના વચ્ચેના કાળમા એટલે સુષુમ્ણા નાડી ચાલતા શુ ફલ મળે છે ?

ઉ૦ કોઇ પણ કામ કરેલાનુ શુભ ફલ મળતુ નથી. શિવસ્વરોદયમા કહ્યુ છે મધ્યમાભવતિક્રૂરાદુષ્ટાસર્વત્ર કર્મસુ—પૂર્વાર્ધ શ્લોક ૫૭. સુષુમ્ણા નાડીનુ નામ "મધ્યમા" છે તે ઇડા અને પિંગલાની સંધિમાની છે. તે ક્રુર છે અને દુષ્ટ ફલ આપનારી છે તે ચાલતી હોય તે વખતે કરેલુ કામ નિષ્ફળ અને ખરાબ ફળ આપનારુ હોય છે

પ્ર૦ સુષુમ્ણા ચાલતા પહેલા કઇ કામ થઇ ગએલુ હોય તો તેનુ કેમ ?

ઉ૦ થઇ ગએલા કામનો ઉપભોગ લેવો પણ નવીન કરવાનો આરંભ કરવો નહી

પ્ર૦ ત્યારે શુ કરવુ જોઇએ ?

ઉ૦ સુષુમ્ણા એ સૂર્ય ચદ્રના શ્વાસોની અને ઇડા પિંગલા નાડીની સંધિ છે. સંધિમા સંધ્યોપાસના થઇ શકે, બ્રહ્મચિંતન થઇ શકે કહ્યુ છે કે—सुषुम्णाया प्रवाहेण भुक्ति मुक्ति फलानिच ॥ શ્લો૦ ૬૦ ઉ૦ શિવસ્વ૦

પ્ર૦ આ શિવાય બીજા કઇ પ્રમાણો છે ?

ઉ૦ હા છે જુઓ—अनादि विशम सन्धिर्निराहारे निराकुले ॥ परे सूक्ष्मे विलीयेत भासन्ध्यासद्भिरूच्यते ॥ ૧૩૫ ઇડા અને પિંગલાના વચ્ચેની સુષુમ્ણાની સંધિ અનાદિ અને વિષમ છે તે સંધિનો કાળ નિરાહાર અને નિરાકુળ બ્રહ્મમા ગાળવો જોઇએ

પ્ર૦ નિરાહાર બ્રહ્મ એટલે શુ સમજવુ ?

ઉ૦ બ્રહ્મને પ્રાણી પદાર્થોની પેઠે પોષણની જરૂર હોતી નથી તેથી તેનુ નામ "નિરાહાર બ્રહ્મ" કહ્યુ છે

પ્ર૦ નિરાકુલ બ્રહ્મનુ લક્ષણ શુ ?

ઉ૦ જે કદી વ્યાકુલ થતું નથી હમેશા શાંત હોય છે, તેને "નિરાકુલ બ્રહ્મ" તરીકે ઓળખે છે

સારાંશ એ છે કે બન્ને નાડીઓની સંધિનો કાળ શ્રેષ્ટ સૂક્ષ્મ તત્વવાળા તથા શાંત અને જેને પોતાની જરૂર નથી તેવા પરબ્રહ્મ ચિંતનમાંજ ગાળવો, પરમાત્મામાંજ લીન થવું, તેને યોગી પુરૂષો સંધ્યા અગર "સંધ્યોપાસના" કહે છે.

नसन्ध्यासन्धिरित्याहुः सन्ध्यासन्धिर्निगद्यते ॥
विषमः सन्धिगः प्राणः ससन्धिः सन्धिरुच्यते ॥ १ ॥

શિવસ્વરોદયકાર કહે છે કે સંધ્યોપાસનાનો કાળ તો દિવસ અને રાત્રી વચ્ચેની સંધિનો નહી પણ જે કાળમાં પ્રાણ–શ્વાસ ઇડા અને પિંગલાની સંધિમાં હોય છે તેનેજ સંધ્યોપાસનાનો કાળ કહે છે. એ ઉપરથી બ્રહ્મ ચિંતનનો યોગ્ય કાળ એટલે સૂર્ય ચંદ્ર બે સ્વરોની સંધિનો કાળ છે એમ જણાય છે અને તે કાળમાં બ્રહ્મચિંતન કરવું એજ સંધ્યોપાસના કરી ગણાય એમ યોગશાસ્ત્રનો મત છે

હવે તમને ભાતિકના ત્રણ જોડાનું જ્ઞાન થયું હશે

જુઓ ૧ દિવસ રાત્રીના જોડાની સંધિ ૨ જાગૃત અને સુષુપ્તિના જોડાની સંધિ ૩ ડાબા જમણા શ્વાસના જોડાની સંધી. એમ ભૌતિક જોડાની ત્રણ સંધીઓ છે અને તે તે સંધિઓમાં સંધ્યોપાસના–બ્રહ્મ ચિંતન કેમ કરવું તે પણ તમને શાસ્ત્રના પ્રમાણ આપી સમજાવ્યું છે

પ્ર૦ ભાતિક સંધિનો બીજો અને ત્રીજો પ્રકાર સંધ્યોપાસના માટે સાને સુલભ પડે તેમ નથી તેનું કેમ ?

ઉ૦ વાત ખરી છે. તે વાસ્તે વિશેષ અધિકાર અને વિશેષ અભ્યાસની ખાસ જરૂર છે. તેથી સામાન્ય માણસો માટે ઉપયોગી નથી

પ્ર૦ સામાન્ય માણસો માટે કયો પ્રકાર યોગ્ય છે ?

ઉ૦ ભાતિક સંધ્યાનો પહેલો પ્રકાર સાને સુલભ પડે તેમ છે તેથી શાસ્ત્રકારોએ તેના જુદા જુદા વિધિ બતાવ્યા છે અને તે સર્વ વિધિમાનું મુખ્ય બીજ સંધિમાંથી બ્રહ્મનો અનુભવ લેવાનુંજ છે વળી ભાતિક સંધ્યાના પહેલા પ્રકારનું એટલે સવાર સાંજે સંધ્યા કરવાના વિધીનું વિવેચન વિસ્તાર સાથે કરવાનું છે અને તે આગળપર કરીશું.

પ્ર૦ માનસીક જોડાની સંધિમાં સત્ પુરૂષો કેવી રીતે સંધ્યોપાસના કરે છે.

ઉ૦ મનની અંદર સુખદુખ, હાની લાભ, રાગ દ્વેષ, માન અપમાન, જય અપજય વિગેરે ઘણા વિકારો થઇ આવે છે એ વિકારો ભૌતિક સૃષ્ટિમાં

બનેલા કાર્યોથી ઉત્પન્ન થાય છે સુખદાયક પદાર્થોનો સંસર્ગ થવાથી તને સુખ ઉપજે છે અને દુઃખદાયક હકીકતોનો સંયોગ થવાથી દુખ ઉપજે છે.

પ્ર૦ એ વિકારો ક્યાં સુધી ટકી રહે છે ?

ઉ૦ કેટલોક વખત ટકી રહેછે ખરા પણ એક વિકાર નાશ પામતાની સાથે બીજો વિકાર ઉત્પન્ન થાયછે અને તે વિકાર મનને પુરી રીતે તાબામા રાખે છે તેથી મન કોઇને કોઇ પ્રકારના વિચારોને આધિન રહેછે તેને લીધે મનને નિર્વિકાર સ્થિતિનો અનુભવ પ્રાપ્ત થતો નથી જેને એ નિર્વિકાર સ્થિતિનો એટલે કે બ્રહ્મનો અનુભવ લેવાનો હોય તેણે એ વિકારોના જાળમાથી છુટવા અભ્યાસ કરવો જોઇએ

પ્ર૦ નિર્વિકાર સ્થિતિવાળા પુરૂષના લક્ષણ કહો

ઉ૦ दुःखेष्वनु द्विग्नमना सुखेषुविगतस्पृहा वीतरागभय क्रोधस्थितधीर्मुनिरूच्यते ॥ १ ॥ य सर्वत्रानभिस्नेहस्तत्प्राप्य शुभाऽशुभ नाभिनन्दति न द्वेष्टितस्यप्रज्ञाप्रतिष्ठिता ॥

દુખોથી જેનુ મન ઉદાસ થતુ નથી, સુખોથી જેને લાલસા થતી નથી. રાગ—પ્રેમ ભય અને ક્રોધ જેણે છોડી દીધા છે તે વિચાર શીલ પુરૂષને સ્થિર બુદ્ધિવાળો કહેછે સારૂ અથવા નરસુ મળે પણ તેમા લેપાયમાન થતો નથી અને પ્રેમથી કોઇનો સ્વીકાર કરતો નથી તેમજ કોઇનો દ્વેપ પણ કરતો નથી તેની સ્થિર બુદ્ધિ સમજવી

ભગવાનના ઉપરના વચનાનો અર્થ એવો છે કે કાર્યોથી ઉત્પન્ન થનારા સુખ દુખાદિ વિકારોમાથી મન નિર્લેપ રાખવુ જોઇએ.

સુખ દુખાદિ વિકારોના જોડાથી જે નિરાળો રહેછે તેને નિર્વિકાર બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાયછે વળી કહ્યુ છે કે निर्द्वन्द्वोहिमहाबाहासुखबधात् प्रमुच्यत ॥ સુખ દુ.ખાદિ જોડાની સ્થિતીનો અનુભવ જેને નથી તે દરેક પ્રકારના બંધનોમાથી મુક્ત થાયછે

॥ सर्वबधविनिर्मुक्ताः पदगच्छत्यनामयम् ॥

સર્વ બંધનોથીજે મુક્ત થાયછે તે અનામય—દુખ રહિત એવા પદને એટલે બ્રહ્મપદને પામે છે

પ્ર૦ ભગવતના વચન પ્રમાણે માણસે શુ કરવુ જોઇએ ?

ઉ૦ સુખ દુખાદિ વિકારોના જોડામાથી મન અલિપ્ત—નિરાળુ રાખવુ જોઇએ એક વિકાર મટીને બીજો વિકાર ઉત્પન્ન થવો હોય તેના વચ્ચેની વિકાર રહીત મનની જે સ્થિતિ તે સ્થિતિ કાયમ રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ તેમ કરવાથી તેને બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે

એ વિકારોની સન્ધિમાં મનને રાખી બ્રહ્મનું ચિંતન કરવું તેને માનસિક સંધ્યોપાસના કહે છે.

પ્ર૦ વિકારોની સન્ધિ ઘણા થોડા વખતવાળી હોય છે અને મન ઘણુંજ ચચળ તોફાની અને મજબુત છે તેને એ સન્ધિના કાળમા સ્થિર કરવું એ ઘણુંજ અઘરૂં કામ ગણાય

ઉ૦ ભાઈ ! તમારી પેઠે અર્જુનને પણ એજ અડચણો દેખાઈ હતી અને શ્રીકૃષ્ણજીને પુછ્યુ હતુ કે મનને કેમ સાધ્ય કરી શકાય ! ત્યારે ભગવાને જવાબ આપ્યો હતો કે મન ચચળ છે અને તેનો નિગ્રહ થઈ શક તેમ નથી એ વાત ખરી છે પણ અભ્યાસ અને વૈરાગ્યનુ બળ પ્રાપ્ત કર્યું હોય તો ખરે એવા મનને વશ કરી શકાય છે

પ્ર૦ ૧ વૈરાગ્યપૂર્વક અભ્યાસ મન વશ કરવા માટે કેવી રીતે કરવો જોઈએ ?

પ્ર૦ ૨ વળી જ્યારે કોઈની વાતપર માણસને વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થાયછે ત્યારે તે વાતને માણસ છોડી દે છે એમ કરવાનો જ્યારે તેનો સ્વભાવ પડી જાય છે ત્યારે તેનુ મન શાત અને સ્થિર થાયછે પણ મનને ચચલ કરનારા સાધનો નષ્ટ થએલા હોતા નથી તેથી પુન તે તે કર્મોના સેવનથી મન ચચલ થવાનો પ્રસગ આવે છે અને મન ચચલ થવાથી રાગ દ્વેશાદિ વિકારોને આધિન અવશ્ય થવુ પડે છેતેનુ કેમ ?

કર્મોનો ત્યાગ કરવાથી વિકારોની ઉત્પત્તી થતી નથી અને વિકારો નિપજતા બધ પડે તો મનની ચચલતા દોડાદોડ મટે છે તો કર્મોનો ત્યાગ કરવો કે કેમ ?

ઉ૦ એ પ્રશ્નોનો જવાબ એકજ છે ભગવાને અર્જુનને કહ્યુ હતુ કે. કર્મોનો ત્યાગ કરવાનો નથી કદાચ કોઈ છોડવા ઇચ્છે પણ તે કોઈ પ્રકારે બીલકુલ છુટતાજ નથી પ્રાણીમાત્રને કર્મ કર્યા વિના એક ક્ષણ પણ નિભતુ નથી પ્રકૃતી—સ્વભાવ કે માયા દરેકને કર્મ કરવાની ફરજ પાડે છે. नहि कश्चित्क्षणमपिजातुतिष्ठत्यकर्मकृत् । कार्यतेह्यवश कर्म सर्वप्रकृतिजेगुणै ॥

પ્ર૦ અભ્યાસ કેવા પ્રકારનો કરવો જોઇએ ?

ઉ૦ કર્મોનો ત્યાગ નહી કરતા મનને કર્મોના વિકારોમા લેપાયમાન ન થવા દેવાનો અભ્યાસ કરવો ઘટે છે.

મહાભારતના યુદ્ધ પ્રસગે ભગવાને અર્જુનને કહ્યુ કે અર્જુન તને એ મોટી અડચણ જેવી વાત થઈ પડીછે અને તુ એમ માને છે કે હુ હિસારૂપ યુદ્ધ કરીશ તો મને પાપ લાગશે પણ તેનો ઉપાય એટલોજ છે કે તુ સુખ દુખ હાની લાભ જય અપજયને સરખા માનીને અગર ભુની જઇને યુદ્ધ કરીશ અર્થાત કર્તવ્ય કરીશ તો તને બીલકુલ પાપ લાગશે નહી " सुखदु:खे समेकृत्वालाभालाभौजयाजयौ ततोयुद्धाययुज्यस्वनैवपापमवाप्स्यसि ॥

પ્ર૦ ભગવાને કહેલા શ્લોકના પૂર્વાર્ધ પ્રમાણે સુખ દુખ સરખા કેમ માનવા જોઇએ ? તેનો ઉપાય કહો

ઉ૦ સુખદુખના જોડામાથી મનને અલિપ્ત રાખી મનની સ્થીતિ સુખદુખથી રહીત કરતા શિખવુ જોઇએ અને એમ કરવા માટે એક તક એવી સાધવી જોઇએ કે જ્યારે સુખ નાશ પામી દુખ ઉત્પન થવાની તૈયારી થતી હોય છે તે દરમ્યાન જે કાળ વખત બચે છે તે વખતની સધીમા મનની સ્થિતિ નિર્વિકાર થએલી હોય છે તે સ્થિતિ કાયમ રાખવાનો અભ્યાસ કરતા શીખવો જોઇએ

એ નિર્વિકાર મનની સ્થીતિ બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી આપે છે એ કાલ વિકારોની સધિનો કાલ બ્રહ્મ ચિતન માટે ખાસ ઉપયોગી હોવાથી તે પ્રસગે ચિતવેલુ બ્રહ્મ જ્યોતિ રૂપ મોક્ષ આપે છે વળી એ ક્રિયા યાને માનસીક દ્રષ્ટિમાની " સધ્યોપાસના " કહેવાય છે અને એ માનસીક સધ્યોપાસનાથી મનુષ્ય "સ્થિતપ્રજ્ઞ' થાય છે. ત્યા પછી તેને બ્રહ્માનદનો પુર્ણ રીતે લાભ લેતા આવડે છે

માનસિક સધ્યોપાસનામા મનના વિકારોની સધિમાથી બ્રહ્માનુભવ લેવાનો અભ્યાસ કરવો એ તેનુ મુખ્ય બીજ છે એ પ્રમાણે ભાતિક અને માનસીક સધ્યોપાસનાની બાબતે વિવેચન કર્યુ તેમજ ભાતિક અને માનસિક જોડાની સધિમાથી બ્રહ્માનુભવ કેમ લઇ શકાય છે તે પણ સમજાવી દીધુ છે

પ્ર૦ બોદ્ધિક સધ્યા વિશે વિવેચન સાભળવા ઇચ્છુ છુ

ઉ૦ હવે આપણે બોદ્ધિક સધ્યાનો વિચાર ચલાવવાનો છે બુદ્ધિમા વિચારોની સાકળ જોડાએલી હોય છે. એક પછી એક એમ હર વખત વિચારોના જોડા ઉત્પન્ન થાય છે તે વાત થોડીક અગાઉ આવી ગઇ છે.

ભોતિક સૃષ્ટિમા (દુનિયામા) સારા માઠા બનેલા બનાવોને લીધે મનની

અંદર રાગદ્વેષાદિ વિકારો નિપજે છે અને મન અમુક અમુક પદાર્થથી સુખ દુખ થયાની હકીકત બુદ્ધિને પુરી પાડે છે તે પ્રસંગે બુદ્ધિ સુખ દુખનો નિર્ણય કરવા તયાર થાય છે દેખીતુ દુખ અગર સુખ હોય પણ તે વાત પોતાને અનુકુળ પડવા માટે પ્રસંગાનુસાર સુખ દુખનો આશ્રય લેવા સારા ખોટા વિચારોના જોડા તયાર કરે છે

બુદ્ધિ વિચારોના વટના પાર પાડી એક નિશ્ચયપર આવી, વિચારો પ્રમાણે વર્તવા મનને આજ્ઞા કરે છે અને તેમ કરવા મન તયાર થાય છે. અને મન ઇન્દ્રિયોની સહાયતા મેળવી દુનીયામાના સારા માઠા કાર્યો કરે છે ઇન્દ્રિયોદ્વારા કાર્યો થયા પછી તેના સારા ખોટા વિકારો મનની અંદર ફરી પ્રગટ થાય છે અને તે વિકારોથી ફરી વિચારો પ્રગટ થાય છે વળી તે વખતે ચિત્તે અગાઉના સંઘરેલા અનુભવની સહાયતાથી બુદ્ધિ વિચારોદ્વારા નિશ્ચય કરે છે અને નિશ્ચય મુજબ મન અને ઇન્દ્રિયો ભૌતિક સૃષ્ટિના કાર્ય કરે છે.

એ પ્રમાણે કાર્યોમાથી વિકારો નિપજે છે અને વિકારોમાથી વિચારો ઉત્પન્ન થાય છે ફરી વિચારોમાથી વિકાર અને વિકારોને આધિન થઇ કાર્યો બને છે એવી ઘટનાવાળી પરંપરા મનુષ્ય માત્રમા હમેશા ચાલતી હોય છે અને ઘટનાની રીતે સામાન્ય જ્ઞાન જોઇએ તો મન એક ક્ષણ પણ વિકાર રહીત હોવાનુ અનુભવમા આવતુ નથી અને એજ પ્રમાણે બુદ્ધિની પણ તેવીજ સ્થિતિ હોય છે બુદ્ધિમા પણ ક્ષણે ક્ષણે વિચારો આવે છે એ સાની અનુભવસિદ્ધ વાત છે

પ્ર૦ બુદ્ધિમા વિચારો કેટલી વખત ટકી રહે છે

ઉ૦ મનના વિકારોની પેઠેજ વિચારોની પણ સ્થિતિ હોય છે વિચારો કેટલોક વખત ટકે છે ખરા પણ વિચાર ઉત્પન્ન થતાની સાથેજ એકે સપાટે બુદ્ધિમા વ્યાપી જાય છે અને એક વિચાર મટયા પછી બીજો વિચાર નિપજે છે જ્યારે સામાન્ય માણસો એ વિચારોની પાછળ તદ્દન મન છુટુ મુકી દે છે તેથી તેમની સામાજિક કાર્યોમા પ્રવૃત્તિ થાય છે ત્યારે અભ્યાસી યોગી પુરૂષો વિચારોની પાછળ મનને દોડાવતા નથી અને સાસારીક કાર્યો પ્રસંગ પરત્વે મહત્વના ગણાવે છે પણ હમેશાને માટે તે મુક્ત હોય છે

યોગી મહાત્માઓને પણ બુદ્ધિમા વિચારોની પરંપરા આવતી હોય છે. પણ તેઓ જ્યારે તે વિચારોને અટકાવવા ધારે છે ત્યારે તેઓ અટકાવી શકે છે તેઓ સામાન્ય માણસની પેઠે વિચારોની પાછળ મન દોડાવતા નથી કારણકે વિચારોની સંધિમા ચિત્તે સંઘરેલા દુનીયાના કર્મોનો

અનુભવ આણુ મુની યોગ સમાધિ કરે છે યોગ એટલે योग चित्तवृत्तिनि-रोध ચિત્ત-મનની વૃત્તિ ભટકતી હોય તેને અટકાવી દેવી તે યોગ કહેવાય છે વળી सिद्ध्य सिद्ध्यो समोभूत्वा समत्वयोग उच्यते એ વ્યાખ્યા પ્રમાણે સિદ્ધિ અસિદ્ધિના વિકારો પ્રત્યે સમત્વ બુદ્ધિ ધારણ કરવી એ પણ યોગનું લક્ષણ છે એ યોગ બળવડેજ સંસારપર વિજય વાવટો ફરકાવે છે

આ પ્રસંગે એક વાત જણાવવાની જરૂર પડે છે કે, શ્રીમત શંકરાચાર્ય મહારાજે સદાચાર સ્તોત્ર લખ્યું છે તેમા બીજા સ્તોત્રોની પેઠે ફક્ત સ્તુતિ નથી પણ, યોગી પુરૂષોનો સદાચાર કેવો હોવો જોઇએ તે વિશે વિસ્તાર પૂર્વક વર્ણન કર્યું છે તેનું થોડું દિગ્દર્શન કરવા ઇચ્છા છે. તેઓ ગ્રંથનું પ્રયોજન જણાવતા શરૂઆતમા કહે છે કે—सर्ववेदान्त सिन्धांत ग्रथितनिर्मलंशिवम्॥सदाचारंप्रवक्षामियोगीमना ज्ञान सिध्धये ॥ १ ॥ આ શ્લોકનો ભાવાર્થ એવો છે કે યોગી મહાત્માઓને જ્ઞાન સિદ્ધિ થવા—બ્રહ્માનુભવ થવા માટે જેમા સર્વ વેદાંતનો સિદ્ધાંત ગુંથેલો છે એવું સદાચરણ હમેશ રાખવા માટે હું કહું છું.

એમ સ્તોત્રનું પ્રયોજન બતાવ્યા પછી સામાન્ય માણસોને વ્યવહારમાં પ્રાતઃ સ્મરણ શૌચવિધિ સ્નાન અઘમર્ષણ ઇત્યાદિ કરવાનું હોય છે તે પ્રમાણે યોગી પુરૂષોને તો સર્વ વિધિ કેવી રીતે કરવી જોઇએ તેનું વર્ણન આગળ પર બતાવ્યું છે.

પ્ર૦ યોગી પુરૂષોએ સંધ્યોપાસન કેવી રીતે કરવું જોઇએ? તેને સપ્રમાણ કહો?

ઉ૦ આચાર્ય કહે છે કે लयविक्षेपयों सन्धौमनस्तत्रनिरामिषंससन्धि साधितोयेन समुक्तोनात्रसंशय: ॥ લય એટલે એક વિચાર પુરો થવો અને વિક્ષેપ એટલે બીજા વિચારનું ઉત્પન્ન થવું તે બન્નેની સંધિમા મનનું निरामिष—એટલે વિષય રહિત થવું તે, એ સંધિ જેણે સાધી તે મનુષ્ય જરૂર મુક્ત થાય છે એ નિઃસંદેહ વાત છે.

યોગી પુરુષોને એક પછી એક એમ અનેક વિચારોની પરંપરા ઉત્પન્ન થાય છે પણ તેઓ વિચારોની પાછળ પોતાનું મન દોડાવતા નથી તેમાં રહેલ વિચારોની પરંપરાજ આવતી અટકી ગયેલી હોય છે એ વાત ઉપર આવી ગઈ છે

જે વખતે એક વિચાર મટી તેની જગાએ બીજો વિચાર ઉત્પન્ન થતા પહેલા જે શાંત સ્થિતિ હોય છે તે અભ્યાસથી કાયમ રાખતા આવડે તો તે જરૂર મુક્ત થાય છે

એટલે કે યોગી પુરુષોએ બે વિચારોની સંધિ સાધવી જોઈએ અને તેવો અભ્યાસ પાડી દૃઢતા કરવી જોઈએ તેથી તેને બ્રહ્મનો અનુભવ થશે તેને નિર્વિષય સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ બ્રહ્મ દેખાશે તે પછી તેને [illegible] કંઈ જાણવાનું રહેશે નહિ આ પ્રમાણે કરવાથી ' બૌદ્ધિક લક્ષ્યોપાસના ' થઈ જાય છે

સારાંશ કે બે વિચારોની સંધિમાં બ્રહ્મનું ધ્યાન કરવું જોઈએ

પ્ર૦ નાટકના પડદાની સાથે જગત રૂપી પડદાની સરખામણીમાં કંઈ તફાવત છે ખરો ?

ઉ૦ તફાવત મોટો છે નાટકના પડદાપર જોતા તો કહાડેલા ચિત્રોનો પ્રથમ સહુ ઉપરનો રંગ દેખાય છે ત્યાં પછી બારીકીથી જોતા તેની નીચે રહેલા ચિત્રોનો રંગ દેખાય છે અને આખરે તેની નીચેનો રંગ માલુમ પડી આવે છે ત્યારે જગતરૂપી પડદામાં તો માયાએ ચિતરેલા ઉપર કે નીચેના હરકોઈ પ્રકારના જોડાની સંધિમાંથી બ્રહ્મનો અનુભવ એક સપાટ થાય છે

તમને સંધિની અંદર દેખાતા ' ભૌતિક, માનસિક અને બૌદ્ધિક જોડાની સંધિમાંથી બ્રહ્માનુભવ લેવો એજ મંત્રોપાસનાનો મુખ્ય હેતુ છે " એમ જણાવ્યું વળી તે એક સ્થૂલ ઉદાહરણથી એટલે નાટકના પડદા પરના ચિત્રો અને વેષોની સંધિમાંથી પડદાનો મૂળ રંગ દેખાય છે બીજી બાજુથી નહિ એમ જગતરૂપી પડદાનો મૂળ રંગ જે બ્રહ્મ તેનું ધ્યાન ઉપર

જાણુંના જોડાની સંધિમાંથીજ થઈ શકે છે બીજી રીતે નહિ એ પણ થોડામાં સમજાવ્યું

નાટકના પડદામાં અને બ્રહ્મ ઉપર ચિતરેલા જગતરૂપી પડદામાં થોડો ભેદ છે તેનું સ્પષ્ટીકરણ કરવાની અહીં જરૂર છે સમજો કે ચિતારો નાટકના પડદા ઉપર પ્રથમ ગુલાબી રંગ ચડાવે છે પછી તે ગુલાબી રંગ ઉપર લાલ રંગના ચિત્રો કહાડે છે અને લાલ રંગના ચિત્રો ઉપર પીળા રંગના ચિત્રો કહાડે છે, અને પીળા ઉપર લીલા રંગના ચિત્રો ચિતરે છે ત્યારે પ્રશ્ન થશે કે લીલા રંગના એ ચિત્રોની સંધિમાંથી જોયું હોત તો કયા રંગના ચિત્રો દેખાશે? ઉત્તર એમ મળશે કે તેની નીચે રહેલા પીળા રંગના દેખાશે પણ પડદા ઉપર ચઢાવેલો પહેલા રંગ ગુલાબી દેખાશે નહિ વળી પીળા રંગના ચિત્રની સંધિમાં જોવાથી લાલ રંગના ચિત્રો જણાશે અને લાલ રંગની વેલો અગર ચિત્રોની સંધિમાંથી જોશો તો પ્રથમ ચઢાવેલો ગુલાબી રંગ દેખાશે

સારાંશ પડદાપરનો એકદમ ઉપરનો જે લીલો રંગ છે તેની સંધિમાંથી નીચે રહેલો ગુલાબી રંગ જણાશે નહિ પણ લીલાની સંધિમાંથી પીળો રંગ અને પીળા રંગના ચિત્રોની સંધિમાંથી લાલ અને તેની સંધિમાંથી મૂળ રંગ ગુલાબી જણાશે આમ અનુક્રમે જોવાથી માલુમ પડશે પણ એકદમ પહેલા રંગ જોઈ શકાશે નહિ.

પ્ર૦ બ્રહ્મ ઉપર કહાડેલા જગતરૂપી ચિત્રની શી વાત પડે છે?

ઉ૦ નાટકના પડદાથી કંઈક જુદા પ્રકારે છે.

પ્ર૦ બ્રહ્મપર જગત પટ ચિતરનાર કોણ છે?

ઉ૦ માયા.

પ્ર૦ માયા કેવી છે?

ઉ૦ **अघटित घटना पटीयसी माया** માયા કોઈથી કદીપણ ન બની શકે તેવી અઘટીત વાતોને બનાવી આપવામાં કુશળ ચતુર છે.

પ્ર૦ તે માયાએ પડદો ક્યા ચિતર્યા છે તેનું થોડુંક વર્ણન કરો?

ઉ૦ જેનું નામ કે રૂપ નથી તેને અવ્યક્ત કહે છે તે નામ અને રૂપરહિત અવ્યક્ત તત્વ ઉપર બ્રહ્મરૂપી પહેલો રંગ ચડાવેલો છે અને તેના ઉપર બૌદ્ધિક જોડાના ચિત્રો કહાડયા છે અને તેના ઉપર માનસિક સંકલ્પ વિકારોના જોડાં કહાડયા છે, અને ઉપર ભૌતિક પંચ ભૂતના ચિત્રો તરેહ તરેહનાં ચિતર્યા છે આ વાત વેદાંત ગ્રંથોમાં જુદા જુદા પ્રકારથી વર્ણવી છે. ભગવદ્‌ગીતામાં પણ એવોજ ભાવ બતાવ્યો છે **इन्द्रियाणि पराण्याहु इन्द्रियेभ्य परंमन मनसस्तुपराबुद्धि योबुद्धे परतस्तुस.॥** જડ કરતા ઇંદ્રિયો શ્રેષ્ટ છે, અને ઇંદ્રિયો કરતા મન શ્રેષ્ટ છે વળી મન કરતા બુદ્ધિ શ્રેષ્ટ છે અને બુદ્ધિથી પરપરાત્મા શ્રેષ્ટ છે

આ વચન અને એ સિવાયના બીજાં વચનો ઉપરથી માયાએ ઇતર-ચિતારા પ્રમાણે અદ્વૈત કપડા ઉપર જગતરૂપી પરદો તૈયાર કર્યો છે

આશ્ચર્ય સાથે કહેવું પડે છે કે માયાનું અઘટિત ઘટનાનું કોઇથી ન બની શકે તેવું ચાતુર્ય તો કંઇ ઓરજ છે અને તે કાર્ય બીજા કોઇપણ ચિતારાથી સાધી શકાય તેમ નથી

માયાએ કહાડેલા આ પડદા પરની કોઇપણ જોડીની સંધિમાંથી મૂળ રંગ જે બ્રહ્મ તેનો અનુભવ થાય છે અને બીજા પડદા પરના એ ચિત્રોની સંધિમાંથી ફક્ત તેનો નીચેનો રંગ દેખાય છે પણ મૂળનો ન દેખાતો નથી ત્યારે માયાએ કહાડેલા કોઇપણ ચિત્રોની સંધિમાંથી તો મૂળ રંગ જે બ્રહ્મ તેનોજ અનુભવ થાય છે માયાની આ અપારચાતુર્યની બરોબરી કરવા બીજો કોઇપણ બહાદુર ચિતારો શક્તિમાન થાય તેમ નથી અને એ ચતુરાઇને લીધે બ્રહ્મ દર્શન થશે માનસિક જોડામાંથી જોશો તોપણ બ્રહ્મ દર્શન તો થવાનુંજ

ભૌતિક જોડાંની પેલીપાર માનસિક જોડા છે માનસિક જોડાની પેલી તરફ બૌદ્ધિક જોડા છે એમ વ્યવસ્થા છે તોપણ તેમાંના હરકોઇ જોડામાંની સંધિના દરવાજા ખુલ્લા થાય છે કે તુર્ત તેમાંથી સર્વની પેલીપાર રહેલા બ્રહ્મનુંજ દર્શન થશે.

બ્રહ્મની ગુફાના ભૌતિક માનસિક અને બૌદ્ધિક ત્રણ દરવાજા છે. તેમાંથી પહેલો ઉઘાડયા બાદ બીજો અને બીજા પછી ત્રીજો ઉઘાડવાનો તથા ત્રીજો ઉઘાડયા પછી બ્રહ્મ દર્શન થાય એમ બીનકુલ નથી પણ એ ત્રણમાંથી હરકોઇ દરવાજો ઉઘાડયા કે સર્વ દરવાજા આપો આપ એકદમ ઉઘડી જાય છે અને બ્રહ્મ દર્શન થય છે

આપણા વ્યવહારની રૂઢી પ્રમાણે જોઇએ તો જે માણસને એમ. એ થવાનુ હોય તેણે પ્રથમ મેટ્રીક્યુલેશન થવુ જોઇએ પછી બી એ અને ત્યારપછી એમ. એ થવા પાત્રતા આવે છે તે પહેલા તેને એમ. એ જેટલુ જ્ઞાન હોય છતા મળતુ નથી પણ અહી તો બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માં વચ્ચે કોઇ પ્રકારની અડચણ આવતી નથી માયાએ મોટા ઉપકાર કર્યો છે એમ જાણવાનુ છે.

સતત અભ્યાસ કરી હરકોઇ સંધિ રૂપી દરવાજો ખુલ્લો કરે તો તેને બાકીના સર્વે દરવાજા આપે આપ ઉઘડી જાય છે અને તેને બ્રહ્મનો અનુભવ થાય છે ' ब्रह्मविद्ब्रह्मैव भवति ' જેને બ્રહ્મજ્ઞાન થાય છે તે પોતેજ બ્રહ્મરૂપ બને છે

એ પ્રમાણે સર્વ પ્રકારની સગુણોપાસના બ્રહ્મનો અનુભવ લેવા માટે છે

પ્ર૦ માણસે ઘણા પ્રયત્ન પુર્વક પ્રાપ્ત કરી શકાય તેવી બ્રહ્મની સ્થિતિ કેવી છે

ઉ૦ અનિર્વાચ્ય છે પ્ર૦ અનિર્વાચ્ય એટલે શુ?

ઉ૦ જેનુ વર્ણન થઇ શકતુ નથી તેને તે અનિર્વાચ્ય કહેવાય છે **नतत्र चक्षुर्गच्छतिनवाङ्मन** ॥ તે બ્રહ્મને વિશે મન વાણી કે ચક્ષુ આદિ ઇન્દ્રિયોની ગતિ જઇ શકતી નથી કારણકે તે નામરૂપથી રહિત છે વળી તે પુર્ણ અદ્વૈત હોવાથી તેનામા દ્વૈતપણાનો ગંધ પણ નથી તેનુ વર્ણન કરવા કોઇ શબ્દ મળી આવે તેમ નથી, કારણકે શબ્દાતીત છે. અનુભવ માત્ર છે

પ્ર૦ એવી સ્થિતિની પ્રાપ્તિ શું તમોએ બતાવેલી મ'ત્રણામનામાથી થનાર બ્રહ્મજ્ઞાનથી થઇ શકે ખરી ?

ઉ૦ પ્રશ્ન અતિ શ્રેષ્ઠ છે જેઓએ અદ્વૈત સ્થિતિનો અનુભવ પર્ણ રીતે લીધેલો છે તેઓએ જગતના કલ્યાણ માટે પહેલેથીજ તેનો ખુલાસો કરી દીધો છે

પ્ર૦ તે ખુલાસો કેવી રીતે કર્યો છે

ઉ૦ " **ब्रह्मविद्ब्रह्मैवभवति** " જેને બ્રહ્મનુ જ્ઞાન થાય છે તે બ્રહ્મરૂપજ બને છે તે નિશ્ચય વાત છે

સંધિમાથી જેને બ્રહ્મનો અખંડ અનુભવ થાય છે તેનામા દ્વૈત-સુખ દુખ, હાનિ, લાભ, માન અપમાન મારૂ, તારૂ વિગેરે કઇજ રહેતુ નથી મહાયોગ સ્તોત્રમા કહ્યુ છે કે "**मनमामनआलोक्यन्वयमात्माप्रकाशते**" મન વડે મનને જોતા જે આવટે તો ત્યા સાક્ષાત્ આત્મા પ્રકાશી રહેલો જણાય છે-

ઉદાહરણ સમુદ્રના મીઠાની બનેલી પુતળી પોતાનો આકાર કઠીનતા વિગેરેને વિસારી સમુદ્રમા પ્રવેશ કરે તો તે સમુદ્ર રૂપ બની જાય છે તે પ્રમાણે જીવ દ્વૈત-સુખ દુખાદિ ઉપાધીને વિસારી અદ્વૈત-બ્રહ્મનો અનુભવ લેવા જાય તો તે પોતેજ અદ્વૈત-બ્રહ્મરૂપ બની જાય છે સદાચાર સ્તોત્રના કહ્યુ છે કે "**नष्टे पूर्वविकल्पे तुयावदन्यस्यनादय ॥ निर्विकल्पक-चैतन्यस्पष्ट तावद्विभासते ॥ १ ॥ एकद्वित्रिक्षणं स्वेवविकल्पस्य निरोधन ॥ क्रमेणाभ्यस्यतायत्नाद्ब्रह्मानुभवकाक्षिभि ॥ २ ॥**"

મણમા રહેલો પ્રથમનો વિકલ્પ નાશ પામી બીજો વિકલ્પ ઉત્પન્ન થતો હોય તે વચ્ચેની સધિમા "નિર્વિકલ્પજ્ઞાન" સ્પષ્ટ દેખાય છે જેઓને બ્રહ્મનો અનુભવ લેવાની ઇચ્છા હોય તેમણે વિકલ્પોને અટકાવવાનો અભ્યાસ એક ક્ષણથી આરભીને કરવો જોઇએ

સાધકે પ્રથમ વિકલ્પ અટકાવવા માટે એક ક્ષણ જેટલો વખત સ્થિર થવુ અર્થાત્ એક વિકલ્પ મટી બીજો પ્રગટ થાય તો તે અટ-

ઠાવતા શીખવુ એક ક્ષણ જેટલો વખત વિકલ્પ રહિત થતા સાધે એટલે બે ક્ષણ સુધી તેમ કરવા પ્રયત્ન કરવો ત્યારબાદ ત્રણ ક્ષણ સુધી નિર્વિકલ્પ થવા યત્ન કરવો એમ ક્રમે ક્રમે કરવાથી વિકલ્પોની સધિનો કાળ અખંડ કાયમ રહેશે અને છેવટે વિકલ્પો નાશ પામી બ્રહ્મનો અખંડ અનુભવ પ્રાપ્ત થશે આચાર્ય કહે છે કે ' **देहात्मधीवद्ब्रह्मात्म** '' જે પ્રમાણે મનુષ્ય માત્રમા દેહાત્મ બુદ્ધિ દૃઢ થએલી છે તે પ્રમાણે ઉપર બતાવેલા અભ્યાસથી બ્રહ્માત્મ બુદ્ધિ દૃઢ થવી જોઇએ એમ થવાથી માણસ કૃતાર્થ થાય છે વળી તેનો દેહ નાશ પામે તોપણ તે જન્મ મરણથી રહિત થાય છે અર્થાત્ મુક્ત થાય છે આ વિષયની સાબિતિ માટે બીજા ઘણા મહાત્માઓના વચનો છે

સધિનુ સાધન અખંડપણે કાયમ રાખવાથી મનુષ્ય જરૂર મોક્ષ અનુભવે છે માટે માણસે સધિનો કાળ માપવા પ્રયત્ન કરવો જોઇએ અને તે સધ્યાપાસનાનુ તત્વ છે

પ્ર૦ તમોએ નાટકના પડદાની ઉપમા ઘટાવી છે તેમા કઈ ગૌણતા છે ?

ઉ૦ બે પ્રકારની છે એક પ્રકાર પ્રથમ બતાવી ગયા છીએ બીજા પ્રકારની હવે બતાવીએ છીએ નાટકના પડદા પરના ચિત્રોની સધિઓમાથી દેખાતો મૂળ રગ અને જગતરૂપી પડદાઓમાથી દેખાતો મૂળ રગ તે બન્નેનો તફાવત વિચારતા માલુમ પડશે કે હજુ બીજી ગૌણતા વાળી નાટકના પડદાની ઉપમા વિષય સરળતાથી સમજાવવા માટે અથવા વિષય પ્રતિપાદન કરવા પુરતીજ લીધેલી છે

ચિતારો કપડા ઉપર પ્રથમ એક રગ ચડાવે છે ને તે ઉપર ચિત્રો કહાડે છે, તે પ્રમાણે માયા અદ્વૈત ઉપર બ્રહ્મરૂપી રગ ચઢાવે છે અને તેના ઉપર દ્વૈતના ચિત્રો કહાડીને જગતરૂપી ચિત્રપટ તૈયાર કરે છે એવુ ઉપર કહ્યુ છે પણ ચિતારાએ ચઢાવેલો પહેલો રગ અને માયાએ ચઢાવેલા પહેલો રગ એ બન્નેમા ફરક છે, અને તે એ કે—ચિત્રપટ ઉપરથી બધાં ચિત્રો જો કે કહાડી નાખ્યા હોય તોપણ ચિતારાએ ચઢાવેલો પહેલો રગ દેખાશે

અને કપડાંના અસલ રંગ–મળગે ગ ખાશે નહિ જ્યારે માયાએ અદ્વૈત પટ ઉપર બ્રહ્મરૂપી પ્રથમ રંગ લગાવી જગતના સુખ દુ:ખાદિ દ્વૈતનાં ચિત્રો કઢાડ્યા છે તે ભૂંસી નાખવામાં આવે ત્યારે તો બ્રહ્મરૂપી પ્રથમ રંગ તરીકે સમોપ્યા છે તે પણ દેખાવે બંધ થઇ અંતિમ અદ્વૈત સ્વરૂપજ શેષ રહે છે

દ્વૈતના અનુરોધથીજ બ્રહ્મને આપણે પ્રથમ રંગ કહ્યો છે, અને તેનુ લક્ષણ "નિર્વિષયસત્ નિર્વિષયચિત્ અને નિર્વિષય આનંદ એમ કહેલુ છે કારણકે જગતમા સત્ચિત અને આનંદ એ સર્વ સવિષય છે તેથી નિર્વિષય સત્ નિર્વિષયચિત્ અને નિર્વિષય આનંદનુ સ્થાન જે બ્રહ્મ પ્રથમ રંગ કહ્યો છે ખરો પણ ખંડ જતા વિષયો નાશ પામ્યા પછી "નિર્વિષય" એ શબ્દજ અર્થ રહિત થાય છે પછી જે શેષ રહે છે તે અનિર્વાચ્ય, મન વાણી અને બુદ્ધિથી અગોચર નામ રૂપથી રહિત એવુ અદ્વૈતજ કાયમ રહે છે પછી દ્રશ્ય દ્રષ્ટા–જોવાનો વિષય અને જોનાર એ જોડા નાશ પામી મનુષ્ય પોતે અદ્વૈત બને છે એજ અર્થ "**ब्रह्मविद्ब्रह्मैवभवति**" એમ ઉપનિષદ્મા તથા **ममुक्तौनात्रमसय** " એ આચાર્યના વચનમા સમજાવેલુ છે.

પ્ર૦ દ્વૈત-સુખ દુ:ખાદિના જોડા છુટાં પાડવા હોય તો શો ઉપાય કરવો

ઉ૦ સગુણ પરમાત્માની ઉપાસના કરવી જોઇએ

સગુણ ઉપાસનામા કેટલુ ઉપયોગીપણુ છે તે ક્રમે ક્રમે વિવેચન કરીશુ સન્ધ્યોપાસનાનો છેલ્લો હેતુ સન્ધિઓનો કાળ સાધીને તેને વધારીને આખરે અદ્વૈત અને અવ્યક્ત બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ કરી લેવાનો છે. આ હેતુ સાધવા માટે ઉપર કહેલા મુદ્દા મહાત્માઓએ જુદા જુદા પ્રકારે કહેલા છે એ પૈકી કોઇએક પ્રકારનો તો માણસે અભ્યાસ કરવો જોઇએ એ અભ્યાસ સિદ્ધ થવાથી વાસનાનો ક્ષય થાય છે અને મુક્તિનો લાભ મળે છે.

પ્ર૦ મુક્તિકોપનિષદ્‌મા કહ્યુ છે કે "**जन्मांतरशताभ्यस्तामिथ्या संसार वासना**" સંસાર વાસના ખોટી છે એ વાત ખરી પણ એ વાસના ઘણા જન્મોથી વળગેલી છે તેનો ક્ષય કેવી રીતે કરવો? તમે કહેશો કે બ્રહ્મ બે વાસનાઓની સંધિમા રહ્યુ છે વળી જે બ્રહ્મ વાસનાથી રહીત છે અને જે અવ્યક્ત અને અદ્વૈત છે તેનામા લક્ષ રાખો તો તેમ પણ એકાએક બનવુ વસમુ કહીયુ છે જુઓ ગીતાકાર કહે છે કે "**क्लेशो धिकतरस्तेषामव्यक्तासक्तचेतसां**" અવ્યક્ત ઉપર ચિત્તની આસક્તી રાખવી એ ઘણુકરીને દેહ ધારણ કરનારને કષ્ટ આપનારૂ થઇ પડે છે. વળી અવ્યક્ત આખરે સંધાય તેમ છે, અને તે વ્યક્તોની સંધિઓમાથી સાધવાનુ બતાવ્યુ છે અગર અનુભવાવવાનુ સમજાવ્યુ છે તેથી બીજા પ્રકારે અનુભવમા આવી શકે તેમ નથી ત્યારે અવ્યક્તોની સંધિ કેમ છુટી પાડવી એ અભ્યાસીઓ માટે ઘણી મોટી અડચણ છે.

ઉ૦ તમોએ બતાવેલી અડચણ દુર કરવા માટે એક સુલભ માર્ગ છે અને તે મહાત્માઓએ સમજાવેલો છે, અને તે આપણા વ્યવહારને અનુસરીને છે તે વિષે એક ઉદાહરણ લઇ સમજીશુ—લાકડા ફાડનાર માણસ લાકડુ ફાડવા શરૂ કરે છે ત્યારે પ્રથમ તો લાકડાનો સાંધો તપાસે છે. ત્યા પછી સાંધામા કુહાડીનો ઘા મારે છે, અને ઘા માર્યા પછી તરતજ લાકડાની કે લોઢાની ફાચર અગર ચીપ ભેરવે છે, પછી ફાચર ઉપર કોહાડીના ઘા ઉપરાઉપરી ઠોકે છે તેથી ફાચર વધારે ને વધારે અંદર પેસતી જાય છે તેથી લાકડાના સાંધા થોડા થોડા ફાટતા જાય છે આખરે લાકડાના બે કકડા થાય છે તે પ્રમાણે અનંતકાળથી માયાના અતુલ સામર્થ્ય વડે પરસ્પર ચોટીગટ થઇ ગએલા "**દ્વૈતના જોડાંને**" જો ચીરવા હોય તો આચાર્ય માહારાજે કરેલા સદાચાર સ્તોત્રના ઉપદેશ મુજબ "વિકલ્પોને" એક ક્ષણ પણ રોકતે શીખવું જોઇએ, અને એક ક્ષણ રોકવાની શક્તી આવ્યા પછી બે ક્ષણ ત્રણ ક્ષણ અને ચાર ક્ષણ અને વળી તેથી પણ વધારે વખત રોકતા શિખવુ જોઇએ. ત્યારબાદ વિકલ્પોના સાંધા ખુલ્લા કરવા તથા વિકલ્પો પરસ્પર ફરી ન ચોટી પડે તે માટે વચ્ચે એક ફાચર મારવી જોઇએ.

પ્ર૦ ફાચર મારવી એટલે શુ સમજવુ?

ઉ૦ સગુણ પ્રભુના નામરૂપનુ ધ્યાન, અને ગુરૂએ આપેલા મંત્રનો જપ, ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારના સાધનો વિકલ્પોની સંધિમા ઉપયોગમા લાવવા એ ફાચર મારવા જેવુ સમજવાનુ છે વળી લાકડાના સાંધામા ઠોકાતી ફાચર જેમ લાકડાથી વધારે મજબુત હોય છે અને તે લાકડાથી કમજોર હોય તો ચાલતુ નથી. તે પ્રમાણે માયા ઉપર જેણે પોતાની સત્તા બેસાડી દીધી છે તેવા મહાત્માઓએ પોતાના સામર્થ્ય બળથી કહેલા નામ મંત્રાદિ-સાધનો માયાની શક્તિ કરતાં પ્રબળ હોય છે એ સાધનોના ઉપયોગદ્વારા મનને સંકલ્પ વિકલ્પઆદિ દ્વૈતોના જોડાની જાળમાથી છોડી અવ્યક્તનો લાભ મેળવવાને પણ સુલભ પડે તેમ છે.

જો કે એ સાધનો વિના પણ અવ્યક્તમા લક્ષ રાખવાથી અવ્યક્તનો-આત્મસાક્ષાત્કારને-મોક્ષનો લાભ મળી શકે છે એ વાત સાચી છે પણ તેમ કરવાથી અવ્યક્તને વ્યક્ત કરી દ્વૈત એટલે મારા તારાપણાની ખોટી મમતા ઉપજાવનાર અહંકારનો મૂળ સહિત નાશ કરવો એ ઘણુ કઠણ કામ છે. અને અહંકાર અંશ માત્ર પણ રહ્યો હોય-તેનો સમૂળો નાશ ન થયો હોય ત્યા સુધી દ્વૈતની પેલીપાર રહેલા "અદ્વૈત" ની પ્રાપ્તિ થવાનો સંભવ રહેતો નથી. એ હેતુને લીધેજ ભગવાન કૃષ્ણજીએ કહ્યુ છે કે અવ્યક્તમા ચિત્તની આસક્તી રાખવી એ ઘણુ કષ્ટકારક છે તેટલામાટે મહાત્માઓએ બતાવેલા સાધનોનો આશ્રય લઇને સાધકોએ અભ્યાસ કરવો જોઇએ અને એવા અભ્યાસને "સગુણ ઉપાસના કે ભક્તિ કહેવાય છે"

પ્ર૦ સગુણ ઉપાસના કરવાથી નિર્ગુણની પ્રાપ્તિ થાય છે ખરી?

ઉ૦ સગુણ ઉપાસના કરવાથી મનની ચંચલતા કમી થાય છે પછી ધીમે ધીમે ચંચલતા નાશ પામે છે અને એમ મનનો નિગ્રહ કરવાની શક્તી આવે છે સૌ કોઇ જાણે છે કે વાસના મન ઉત્પન્ન કરે છે. અને એ વાત જન્માન્તરથી ચાલતી આવે છે તેથી મનનો પડી ગએલો સ્વભાવ છોડાવવાનું કામ ઘણુ મુશ્કેલી ભરેલુ છે. ઉદાહરણ તરીકે—'એક મસ્તીખોર ઘોડાને ઠાણમા બાંધી રાખ્યો હોય તો તે છુટવા ખાસ પ્રયાસ કરશે અને છુટા થયા પછી વધારે ને વધારે તોફાન કરવા માંડશે તેને સમજાવી બાંધવા જઇશુ તો હાથમા આવશે નહી" એ પ્રમાણે તોફાની

મનનો બળાત્કારે નિગ્રહ કરવા જઈશુ તો ઘણે ને વધારે તોફાન કરશે અને બીલકુલ સમાધાનમા આવશે નહીં વળી અવળા રસ્તા પકડી લેશે માટે મનનુ તોફાનીપણુ ધીમે ધીમે મટાડવા માટે તેને ઉપાસ્ય દેવની-સગુણ પરમાત્માની ઉપાસના કરવાની વાસના ઉપજાવવા પ્રયત્ન કરીશુ તેમ કરવાથી મનનો વિષયો પ્રત્યેને જરૂર ખાસ ઓછા થતા જશે અને અશુભ વાસના પ્રગટશે નહિ

મુક્તિકોપનિષદમા ભગવાને કહ્યુ છે કે—

> द्विविधोवासनाव्यूह शुभश्चैवाऽशुभश्चतौ ।
> वासनौघनशुक्लेन तत्रचेदनुनीयसे ॥ १ ॥
> तत्क्रमेणाशुतेनैव मामकपदमाप्नुहि ॥

વાસના શુભ અને અશુભ બે પ્રકારની છે તેમાથી શુભ વાસનાનો અંગિકાર કરવાથી ક્રમે ક્રમે મારા સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ થાય છે વળી આગળ કહ્યુ છે કે—"શુભાયાવાસનાવૃદ્ધૌ न दोषायमरुतसुत" હે હનુમત! જો કે શુભ વાસનાઓનો વધારો થાય તો પણ તેનાથી દોષો નીપજતા નથી વળી શુભ વાસનાથી પણ મુક્તિ પદ પ્રાપ્ત થાય છે એ વાત સયુક્તિક અને સત્ય છે

લાકડાનો ફાડનાર લાકડાના બે ભાગ જુદા પાડવા વાસ્તે લાકડાની ચીરમા લોઢાની ફાચર ભેરવી ને ઉપર ઘણ અથવા જબ્બર હથોડાના 'ઘા' કરે છે અને તેને મજબુત કરે છે એટલે લાકડાના ભાગ આપો આપ છુટા થઈ જાય છે અને ભાગ છુટા થયા કે તુર્ત ફાચર તેની મેળે નીકળી જાય છે" તે પ્રમાણે દ્વૈતના બે ભાગ જુદા પાડવા માટે ઉપાસ્ય દેવતાજ સગુણ પરમાત્માની ઉપાસના રૂપી ફાચર વધારે દઢ કરતા જવાથી એટલે કે ઉપાસ્ય દેવની વાસના વધારતા જવાથી દ્વૈતના બે ભાગ જુદા પડી જશે અને તેમ થવાથી દુષ્ટ વાસનાઓ નાશ પામશે અને "નિરંજન અદ્વૈત બ્રહ્મ" ની પ્રાપ્તિ થશે માટે નિર્ગુણ ઉપાસના કરતા "સગુણ" ઉપાસના વધારે સુલભ અને શ્રેયસ્કર છે.

પ્ર૦ જુદા જુદા ધર્મોમા જુદી જુદી ઉપાસનાઓ બતાવી છે તેનો હેતુ શો હોવો જોઇએ?

ઉ૦ એ સર્વનો હેતુ છેલ્લો અદ્વૈત પ્રાપ્તિનોજ છે સગુણ ઉપાસના પૃથ્વીપરના સર્વ ધર્મોમા કહેલી છે એક ધર્મની ઉપાસનાથી બીજા ધર્મની ઉપાસના જો કે જુદી પ્રકારે હશે તોપણ તે સર્વ ઉપાસનાઓના હેતુ સંધિમા રહેલા બ્રહ્મને સુલભપણે મેળવવાનો છે

आकाशात्पतितं तोयं यथागच्छतिसागर ।
सर्व देव नमस्कार . केशवं प्रतिगच्छति ॥ १ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોકમા કહ્યા મુજબ આકાશમાથી પડેલા તમામ જળો દરીયામાં જઇ મળે છે તે જળ ધરતી પડેલુ હોય કે વૃક્ષ ઉપર પડેલુ હોય પર્વત પરનું હોય કે જલાશયમા પડેલુ હોય તોપણ તે સર્વે આખરે સમુદ્રમાં જઇનેજ મળે છે એ પ્રમાણે ઉપાસના કોઇપણ માર્ગનુ આલંબન કર્યુ હોય તે સર્વે પરીણામે સર્વ ઉપાસના મૂળભૂત અવ્યક્ત અદ્વૈતનીજ પ્રાપ્તિ કરી આપે છે. સંધ્યોપાસનાનો તાત્વીક અર્થ એજ છે અને તેનો અર્થ અવ્યક્ત પદ પ્રાપ્ત કરવાનો છે

ભૌતિક સંધ્યોપાસનામા ત્રણ પેટા ભેદ કહ્યા છે તે પૈકી બીજો અને ત્રીજો ભેદ મુસ્કેલી ભરેલો છે ખરે એ જાગૃતિ અને નિદ્રાની સંધિ અનુભવવી ઘણી કઠીણ છે તે સંધિ જોવાનો પ્રયત્ન કરનાર માણસનુ મન જાગૃતિમાથી જલદી મુક્ત થતુ નથી અને જ્યારે મુક્ત થાય છે ત્યારે તેને એકદમ ઉંઘ આવી જાય છે વળી તેને ભાન પણ રહતુ નથી. કોઇ માણસ તે વાસ્તે હઠ કરે તેને પહેલ વહેલુ કેટલીક રાત્રિઓ સુધી ઉજાગરા વેઠવા પડે છે વળી અપચો વિ૦ શરીરના રોગો થઇ આવે છે, એ રોગો ન થાય તે માટે સજ્જનોને અલ્પ આહાર વિગેરે નિયમો પાળવા પડે છે અને તેમ કરવાથી ગૃહસ્થાશ્રમના વ્યવહારમા મોટો વાંધો આવે છે. વળી જેને ગૃહસ્થાશ્રમનો વ્યવહાર ચલાવવો હોય તેનાથી એવી સંધ્યા ઘણુંકરીને અશક્ય થઇ પડે તેમ છે. એટલે કે ભૌતિક સંધ્યાનો જાગૃતિ નિદ્રાનો પ્રકાર આકરો છે. વળી તેવીજ રીતે શ્વાસોશ્વાસની સંધિમા કરાતી સંધ્યોપાસનાનો

પ્રકાર પણ કહીણ છે ગૃહસ્થાશ્રમનો જેને વ્યવસાય લાગેલો હોય તેનાથી બન્ને શ્વાસેની સંધિ કેમ જળવાય? કારણકે ઘણુકરીને સ્વર એકેક કલાકે બદલાતો હોય છે અથવા કોઇ વખતે તેનુ પ્રમાણ ઓછુ વધારે હેય છે, એ વાત અગાઉ જણાવી દીધી છે એ સ્વર કયારે બદલાય છે તે જોવા માટે માણસે હમેશા તે તરફ લક્ષ આપવુજ પડે છે અને તેવુ લક્ષ રાખનાર માણસથી સંસારનો વ્યવહાર કરવો અશકય થઇ પડે છે, વળી લૌકિક વ્યવહાર ન છોડતા ઇશ્વરની ઉપાસના કરે તો સુગમ પડે માટે સ્વરની સંધિમા લીન થવાપણુ સામાન્ય માણસને ઘણુ દુર્લભ થાય તેમ છે તેથી "સામાન્ય માણસો સૈાને માટે દિવસ અને રાત્રીની સંધિ વખતે સંધ્યોપાસના કરવી શકય ગણાશે"

પ્ર૦ "દિવસ અને રાત્રિની સંધિમા કરાતી સંધ્યોપાસનાના કેટલા પ્રકાર છે, તથા મુખ્ય અને ગૈાણ વિધિ કયા છે?"

ઉ૦ આ સંધ્યોપાસનાની બાબતે આપણા ઋષિઓએ અનેક વિધિ કહ્યા છે તે આપણા ગ્રંથોપરથી જણાઇ આવે છે તથાપી તે બધી વિધિઓમાથી અર્ઘ્ય અને જપ એ બે વિષયો મુખ્ય છે અર્ઘ્ય અને જપના માર્ગે સૂર્યનારાયણમાથી ચૈતન્ય શક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

પ્ર૦ ચૈતન્ય શકિત પ્રાપ્ત કરવાથી શુ ફાયદો થાય છે?

ઉ૦ ચૈતન્ય શકિત એ બ્રહ્મ પ્રાપ્તિનુ આવસ્યક સાધન છે વળી શરીરની આરોગ્યતા વધારવા માટ તથા તેના પ્રતિપ્રસંગે તેની અનુકુળતામાટ સ્નાન આચમન પ્રાણાયામ વિગેરેની યોજના કરેલી છે તે સાથે માનસિક અનુકુળતા જોઇએ તેમાટે ધ્યાનાદિકની યોજના કરીછે એ સર્વેનો સમાવેશ 'સંધ્યોપાસના" શબ્દમાં થઇ શકે છે અનેક ઋષિઓએ જે અનેક વિધિ કહેલા છે તે સર્વે માનસીક અને શારીરીક અનુકુળતા માટે સમજવા મુખ્ય હેતુ જપ તથા અર્ઘ્યનો છે તે વિષે તથા જે સમયે સંધ્યા કરવાની છે તે સમયની બાબતે તો સૈા ઋષિઓનો એક મત છે.

પ્ર૦ હાલની રૂઢીએ સંધ્યા કરવામા આવે છે તે કેવો પ્રકાર ગણાય તથા તેમ કરવામા કઇ હેતુ છે?

૬૦ હાલમા કેટલાક લોકો ઘણા ભાગે સંધ્યા કરે છે પણ સંધ્યાનુ તાત્પર્ય સમજતા નથી અને તેથી વધારાની વાતોનોજ આડંબર મચાવે છે જુઓ જમવાની તૈયારી થાય ત્યારે ન્હાય છે અગર તે પહેલા ફાવે તે વખતે ન્હાઇ લે છે ત્રણ આચમન કરી "" પ્રાણાયામે વિનિયોગ " એમ મુખે બોલી નાક આગળ અડકારે છે દરેક વખતે આચમની ભરી પાણી લઇ મોઢે ગાયત્રીનો ઉચ્ચાર કરી ત્રણ વખત તરભાણીમા મૂકે છે જનોઇ હાથમા પકડી ગાયત્રી જપનો ડોળ કરે છે, હોઠ પટપટાવે છે અને મનની અંદર અણઘટતા વિષયો અને વિકલ્પોનુ મનન કરે છે. એવા પ્રકારો કેટલીક જગોએ ચાલતા જણાય છે સંધ્યાનો મુખ્ય હેતુ તો બાજુજ રહે છે અને વધારાની વાતોને માન આપતા જણાય છે આશ્વલાયન ગૃહ્યસૂત્ર પરિશિષ્ટની અંદર કહેલુ છે કે "**अथ संध्यामुपासीतेत्याचार्योयावहोत्रया सधीयश्च ॥ पूर्वाण्हापराण्हयोस्तत्कालभवाया देवता सध्यातामुपासीत** " ॥ १ ॥ ભાવાર્થ એ છે કે દિવસ અને રાત્રિની બે સંધિ અને પૂર્વાણ્હ અને અપરાણ્હની એક સંધિ એમ ત્રણ સંધિઓની વખતે સંધ્યોપાસના કરવી એમ નથી પણ પ્રાતઃકાળ મધ્યાન્હ કાળ અને સાયંકાળ એ ત્રણ કાળજ યોગ્ય છે એ કાળોમા પ્રથમ શુ કરવુ જોઇએ તે ગૃહ્યસૂત્રમા જણાવ્યુ છે **बहिर्ग्रामात् प्राच्यामुदिच्यावादिश्यनिंदितायामनल्पमुदकाशयमेत्यप्रातः शुचिर्भूत** ॥ १ ॥ ગામની બહાર પૂર્વ અગર ઉત્તર દિશાએ અથવા બીજી કોઇ અનિંદિત દિશામા બહોળા પાણીવાળા જળાશયમા જઇને પ્રાતઃકાળમા—સ્નાન કરવુ સંધ્યોપાસના માટે ગામની બહાર તળાવ અગર નદી પર જવાનુ કારણ સારી રીતે શુદ્ધિ પ્રાપ્તિ કરવા માટે છે "**शुचिर्भूत .**" એ પદથી સ્નાન આચમન પ્રાણાયામ વિગેરેથી શરીર મન વિગેરેની શુદ્ધિ કરવાનુ સમજવાનુ છે ત્યારબાદ જે વિધિ કરવાનો છે તે વિશે સૂત્રકાર નિચે મુજબ કહે છે "**आचम्यदर्भपाणि पूर्णमुदकाञ्जलिमुद्धृम्यादित्याभिमुख स्थित्वा प्रणवव्याहृतिपूर्वयामामिन्या त्रिर्निवेदयन्नुत्क्षिपेत्** " ત્યા પછી આચમન કરી હાથમા દર્ભ રાખી જળની અંજલી ભરી સૂર્ય સામે મુખ રાખી ઉભા રહેવુ અને પ્રણવવ્યાહૃતિપૂર્વક ગાયત્રીનો ઉચ્ચાર કરી ત્રણવાર પાણી ઉપર ફેંકવુ રૂઢીમા આપણે તેને '**अर्घ्य**" આપ્યો કહીએ છીએ પણ ખરી રીતે તો તેને **अर्घ्योत्क्षेपण** કહેવુ જોઇએ વળી " અર્ઘ્યોત્ક્ષેપણ " એટલે પાણીથી

આચમની ભરી તરભાણામા રેડવાનુ નહિ સમજવુ પણ "જલથી અંજલી ભરી સૂર્ય સામે ઉપર ફેકવુ જોઇએ"

અધ્યોત્ક્ષેપણનો હેતુ આગળ કહીશુ અર્ધ્યોત્ક્ષેપણ વિધિ પછી જપ કરવો જોઇએ તે વિશે કુમારીલભટ્ટે આશ્વાલાયન ગૃહ્યસૂત્ર ઉપર જે કારીકા લખી છે તેમા કહે છે કે " अन्यथारहर्ह कृत्यसध्यापासनमुच्यते ॥ ग्रामाद्बहिरपातीर उपविश्यैवमाद्विज ॥ आम्यमार्जनाद्न्यत् स्मृत्युक्तंचकराम्यथ ॥ अर्धास्तमितआदित्ये पश्चिमायाथ उत्तर ॥ भागस्तन्मुखआसीन सावित्रिर्वाग्यतोजपेत् ॥ आतारकोदयादेव प्रात कर्मदमिष्यते ॥ अर्धास्तमित नक्षत्रमंतरिक्षंयदातदा ॥ आरभ्यप्राङमुखस्तिष्ठन् जपेदासूर्य दर्शनात् ॥ " સધ્યોપાસના એ દરરોજનુ કૃત્ય છે ગામની બહાર જલને કીનારે ,જઇને સ્મૃતિમા કહેલા આચમન માર્જન ઇત્યાદિ કર્મો કરવા જોઇએ વળી અર્ધારત થતા સૂર્ય મડળ સામે એટલે પશ્ચિમ અને ઉત્તર બાજુના વિભાગ સામે બેસવુ જોઇએ અને ભાષણ બધ કરી તારા દેખાય ત્યા સુધી ગાયત્રીનો જપ કરવો જોઇએ

પ્રાત કાલે પૂર્વ દિશાએ મુખ રાખી થોડા તારાઓ દેખાતા હોય ત્યાથી માડી છેક સૂર્ય દર્શન થાય ત્યાં સુધી ગાયત્રીનો જપ કરવો.

પ્ર૦ જપ બેસીને કે ઉભા રહીને કરવો ?

ઉ૦ ગાયત્રી જપ ઉભા રહી કરવો જોઇએ

પ્ર૦ જપ કર્યા બાદ શો વિધિ કરવો ?

ઉ૦ દેવતાઓનુ વિસર્જન અને સર્વવ્યાપિ અનત ભગવાનને નમસ્કાર પ્રાર્થના વિગેરે કરી ઉપાસના પૂર્ણ કરવી જોઇએ એ પ્રમાણે સધ્યોપાસનાનો વિધિ છે.

એમા અર્ધ્ય અને જપ એ મુખ્ય છે સધ્યોપાસના કરતા પહેલા શુચિર્ભૂત થવાની ખાસ જરૂર પડે છે તેટલા માટે બીજો કેટલોક વિધિ છે. એ વિધિમાં બોલવાના મત્રો શાખા ભેદને લીધે જુદા જુદા કે છતા

તે તે મંત્રોનો હેતુ એક સરખો મળતો આવે છે એ હેતુનું સ્પષ્ટીકરણ ગૃહ્ય સૂત્રમાં બતાવેલું છે અને તે વિશે કંઇક વિવેચન ઉપર આપી ગયા છીએ. "શુચિર્ભૂત" થવા માટે—મળમૂત્ર વિગેરેથી શુદ્ધ થવામાટે પ્રાતઃકાળ અને સાયંકાળ એ બે વખત યોગ્ય છે તેનું કારણ એ છે કે એ બે કાળમાં શરીર પોષણ માટે સેવેલા પદાર્થોનું પાચન થઇ ગયેલું હોય છે ભોજન થયા બાદ ત્રણ ચાર કલાકમાં પાચન ક્રિયા પૂર્ણ રીતે થાય છે એટલેકે શરીરને પોષણને ઘટતા સર્વે પદાર્થો શરીરમાં રખાય છે અને જરૂર વિનાના પાચન થઇ મળમૂત્ર રૂપે બનેલ બહાર નીકળવા તૈયાર હોય છે તેને સાફ કરવાથી શરીર શુદ્ધ થાય છે, અને શરીરની શુદ્ધિને લીધે મન સ્વસ્થ બને છે અને તેમ થવા પ્રાતઃકાળ સાયંકાળ એ યોગ્યકાળ મનાય છે વળી દાતણ કરવું, મોં ધોવું વિગેરેમાં પણ એજ હેતુ સમાએલો છે.

શાસ્ત્ર કહે છે કે સંધ્યોપાસનના પહેલા શુચિર્ભૂત અવશ્ય થવું જોઇએ અર્થાત મળ શુદ્ધિ કરીજ જોઇએ જો શરીરમાંથી સ્વાભાવીક રીતે મળ મૂત્ર સાફ ન નીકળતા હોય તો યોગશાસ્ત્રમાં બતાવ્યા પ્રમાણે "ધોતિ બસ્તિ વિગેરે છ ક્રિયાઓ કરવીજ જોઇએ તેમ કરવાથી શરીરમાંનો સર્વ મળ નીકળે છે શરીર શુદ્ધ થાય છે અને આરોગ્ય વધે છે એ છ ક્રિયાઓ પૈકી-ધોતિ બસ્તીની ક્રિયાથી દરદો મટાડવાના દવાખાના યુરોપમાં નીકળેલા છે અને તે ક્રિયાથી દરદો મટાડવા વિજયવંત નિવડયા છે. મળની શુદ્ધિ થયા પછી સ્નાન કરવું જોઇએ સ્નાન કરવાનો હેતુ શરીર શુદ્ધ કરવાનો છે આપણે સ્નાનથી ઘણા ફાયદા મેળવીએ છીએ.

શરીર પરની ચામડીમાં અનેક ઝીણા છિદ્રો છે તેમાંથી શરીરનો કેટલોક મળ પસીનારૂપે બહાર નીકળે છે. કદાચ કંઇ કારણસર એ છિદ્રો બંધ પડે છે ત્યારે તેમાંથી પસીનો નીકળતો નથી માટે છિદ્રો ખુલ્લા રાખવા ખાસ પ્રયત્ન કરવો જોઇએ એ પ્રયત્ન બીજા કોઇ સાધનથી સફળ થતો નથી પણ "સ્નાન કરવાથી" જ સફળ થાય છે. જર્મનના પ્રસિદ્ધ ડૉક્ટર કુન્હેએ પોતાના દવાખાનામાંદરદીયોના ભયંકર દરદો મટાડવા માટે દવાઓ વિગેરેનો ઉપયોગ ન કરતા "બાષ્પ સ્નાન" થી કરાવે છે. તેમ કરવાથી તેને ફતેહ મળી છે એમ સંભળાય છે.

જ્યારે શરીરમાંનો પરસેવો બહાર નીકળવાથી છિદ્રોમાં વળગી રહેલો મળ દૂર કરવાની ખાસ જરૂર પડે છે ત્યારે સ્નાન કરવાથી તે સહેજ સાજમાં સાફ થઇ જાય છે માટે અવશ્ય સ્નાન કરવું ઘટે છે, વળી સ્નાનને લીધે છિદ્રો ખુલ્લા થાય છે અને છિદ્રોમાંથી મળ સાફ થાય છે બીજા પણ ફાયદા ઘણા થાય છે. જેમકે પચન ક્રિયા ચાલતી વખતે ઉષ્ણતા વધે છે તેથી શરીરમાં સુસ્તી ભરાઇ આવે છે પણ સ્નાન કરવાથી દૂર થાય છે અને સ્ફૂર્તિ આવે છે વળીમાણસની ચામડી ઉપર નસોના ટોચીયા આવેલા હોય છે અને એ સર્વે નસોના સંબંધ મગજમાં રહેલા મેદુ સાથે હોય છે અને તેને લીધે શરીરના કોઇ પણ ભાગ ઉપર થોડો કે વધારે આઘાત થાય એ બધુ તેને સમજાય છે, પગને તળીએ ચૂંટણી કે કાંટો વાગ્યો હોય તો તે મેદુને નસો મારફતે સમજાય છે અને શરીર "રૂપ જ જેવુ બની જાય છે" પણ સ્નાનને લીધે શરીરની સુસ્તી દૂર થઇ હુશીઆરી આવે છે અને મગજના મેદુને પણ સ્ફૂર્તિ મળે છે. સ્નાનને લીધે નસોની રાકડા પહોળા થવાની શક્તિ વધે છે અને રુધીરાભીસરણ–લોહીની ફરવાની શક્તિ વધે છે અને તેથી બહારનો પ્રાણવાયુ વધારે પ્રમાણમા અંદર જવા લાગે છે અને તેના યોગે 'રક્ત-શુદ્ધિ' થાય છે અને તે દ્વારા શરીરની આરોગ્યતામાં વૃદ્ધિ થાય છે

પ્ર૰ આચમન અને પ્રાણાયામનો શો હેતુ છે?

ઉ૦ પ્રથમ આચમનની વાત કરીશ–સ્નાન પહેલા અને સ્નાન પછી ઘણું આચમન કરવાનો વિધિ છે. આચમનનું પાણી અડદનો દાણો ભિંજાય તેટલુ લઇ પીવા કહ્યુ છે અને તે વિધિ પરત્વે સધ્યા કરતા વારંવાર પીવામા આવે છે "मुहुर्मुहुर्वारिपिबेदभूरिशः" એ વૈદ્યકના નિયમને અનુસરી થોડે થોડે આચમન કરવાનુ ધર્મશાસ્ત્રે બતાવ્યુ છે તે યોગ્ય જ છે. થોડુ થોડુ પાણી પીવાને બદલે એકદમ પીવાથી અપચો કેમ ન મટે? જુવાબ એ મળશે કે એકદમ પીધેલુ પાણી પચાવવા તથા પેટમાંના અજીર્ણ અન્નને પચાવવાને ચૈતન્ય શક્તીને ખાસ ખૂબ રોકાવુ પડે છે. અને તેમ થવ થી અર્ઘ્યોત્ક્ષેપણ જપ દિગેનો ચૈતન્ય પ્રગટ કરવાનો હેતુ દૂર રહે છે આળસ ભરાય છે શાંતિ નાશ પામે છે ને નવો રોગ થવાનો સંભવ રહે છે અને અણગમો વધે છે માટે થોડે થોડે આચમન કરવા એ સહેતુક છે.

આચમનથી બીજા પણ ફાયદા થાય છે. ઉન્હાળામા ગરમીને લીધે સુકાઇ ગએલા દુર્ગંધીવાળા પદાર્થો ઉપર થોડુ પાણી પડે છે તો તેમાથી ખરાબ હવા ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી રોગો ફાટી નીકળે છે તેમજ ચોમાસામા પણ હવા બગડે છે તેનુ કારણ પણ તેવુ જ છે એ વાત સૌને વિદિત છે તેવી રીતે

આપણને સવારે મળશુદ્ધ થયા પછી પેટ ખાલી પડે છે ખરૂ પણ પેટમાંથી જેવો સાફ થવો જોઇએ તેવો મળ નીકળતો નથી તે પ્રસગે આચમનોનું પાણી પેટમા જવાથી તેની રાસાયનીક ક્રિયા બની તેમાથી ખરાબ હવા પ્રગટે છે. અને તે લોહીમા સેળભેળ થાય છે વળી લોહી ફેફસામા જઇ શુદ્ધ થાય છે એમ લોહી શુદ્ધ થવાની ક્રિયા દરેક માણસના શરીરમા હમેશા ચાલતી હોય છે એ પ્રસગે સ્નાન આચમન કરવાથી શરીરમાનો મળ સાફ નીકળવા તૈયારી કરે છે એટલે કે મળ સાફ થવા અદરની ક્રિયાનુ પ્રયત્ન થવા માડે છે અને તેવી વખતે ખરાબ રક્તનો પ્રવાહ વધારે પ્રમાણથી રક્તાશય તરફ જાય છે અને રક્તને શુદ્ધ કરનારી સ્વાભાવિક ક્રિયાને મદદ મળવા માટે બહારની ચોખ્ખી હવા વધારે પ્રમાણમા અંદર પેસાડવા તથા અદરની ખરાબ હવા બહાર કહાડવાની ઘણી જરૂર હોય છે અને તે કામ પ્રાણાયામથી બને છે

બહારની ચોખ્ખી હવા અદર લેવી એટલે નાસિકાદ્વારા શ્વાસ લેવો અને લીધેલા શ્વાસને રોકી શકાય તેટલો વખત રોકી રાખવો તથા રોકેલા શ્વાસને બહાર કહાડવો એ "ઉચ્છ્વાસ" કહેવાય છે આ ક્રિયાને યોગશાસ્ત્રમા પૂરક કુંભક અને રેચક કહેવામાં આવે છે

પૂરક કરતી વખતે બહારની હવાનો પ્રાણવાયુ (ઓક્સિજન) અદર જાય છે તે વાયુ કુભક કરતી વખતે અંદરની ખરાબ હવાને ચાલન આપે છે અને રેચક વખતે અશુદ્ધ હવાને (કારબોનિક ઍસિડ ગૅસ) રૂપે બહાર ફેકી દે છે એ પ્રમાણે પ્રાણાયામને લીધે શરીરમાનો મળ સર્વ સુકાઇ ગએલો હોય છે તેને લીધે વિકાર ઉત્પન્ન કરવાની સર્વ શક્તિઓ નષ્ટ થાય છે માણસ માત્રના શરીરમા આ ક્રિયા હમ્મેશા ચાલુ હોય છે પણ સ્વચ્છદિ અને આરોગ્ય બગાડે તેવા વર્તનથી એ ક્રિયાને ઘણુ જ નુકસાન થાય છે તેથી સ્નાન આચમન અને પ્રાણાયામની યોજના કરવામા આવે છે

"સર્વક્રિયામા પ્રાણુયામનુ વધારે મહત્ત્વ છે બાજી સર્વ પ્રકારની ક્રિયાઓથી શરીરની અંદ નો મળ ખળભળે છે અને તનાથી વિકાર ઉત્પન્ન કરનારો વાયુ પ્રગટે છે. તે પૈકી કંઇ ભાગ ખરાબ લોહીમા મળીને તેની સાથે શુદ્ધ થાય છે અને કંઇક ભાગ ઓડકાર અને અપાનવાયુ ઇત્યાદિ સ્વાભવિક માર્ગોથી ઘટતો બહાર નીકળે છે પણ એ માગ અધુરા હોવાને લીધે તેને "પ્રાણાયામના બળથી બહાર કહાડવો પડે છે" એ વાયુ જો બહાર નિકળે નહિ તો માણસ વધારે રોગી થવાનો સંભવ રહે છે માટે "પ્રાણાયામ" અવસ્ય કરવો જોઇએ યોગશાસ્ત્રના બતાવેલી બાજી ક્રિયાઓ ન કરી હોય તો ચાલે પણ એક પ્રાણાયામ તો અવસ્ય કરવો જ જોઇએ કારણુ કે ફક્ત પ્રાણાયામથી જ બધા મળ સુકાઇ જાય છે

હઠયોગ પ્રદીપના બીજા ઉપદેશમા કહ્યું છે કે "प्राणायामेनधैसर्वे प्रशुष्यन्ति मला इति ॥ आचार्याणां तु केषांचिदन्यत् कर्मसम्मतम् ॥ १ ॥ अक्षादयोपित्रिदशा पवनाभ्यासतत्परा ॥ अभूवन्नंतक भयात्तस्मात् पवनमभ्यसेत् ॥ १ ॥ ફક્ત પ્રાણાયામથી જ સવ મળ સુકાય છે તેથી કેટલાક આચાર્યોને અને તો બાજી ક્રિયાઓ સર્વ સમ્મત નથી (વાયુ) પ્રાણુનો અભ્યાસ કરવાથી એટલે કે પ્રાણાયામ કરવાથી પ્રાણાયામ કરનાર યોગીને મરણુનો ભય નાશ પામે છે એમ યોગશાસ્ત્રકારનો મત છે. હઠયોગ પ્રદીપકારના તેજ ઉપદેશમાં કહે છે प्राणायामादियुक्तेन सर्वरोगक्षयोभवेत् ॥ अयुक्ताभ्यासयोगेन सर्वरोगसमुद्भव ॥ १ ॥ हिक्काश्वासश्च कासश्च शिरःकर्णाक्षिवेदना ॥ भवंतिविविधारोगा पवनस्यप्रकोपत ॥ २ ॥ યોગ્ય રીતે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરેલો હોય તો સર્વે રોગો નાશ પામે છે પણ અયોગ્ય રીતે તેનો અભ્યાસ કરવામા આવે તો અનેક રોગો ઉત્પન્ન કરે છે

વાયુનો પ્રકોપ થવાથી હેડકી શ્વાસ ઉધરસ કાન અને આંખે મા વેદના થાય છે અને ઘણી જાતના રોગો પેદા થાય છે પણ યોગ્યરીતે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવાથી અમર બને છે ઇંદ્રિયાની ક્રિયાશક્તિ વધે છે અને પ્રાણવાયુનો સંચય વધારે થાય છે તેને લીધે સર્વ મળ નાશ પામી શરીર નિરોગી થાય છે.

પ્ર૦ પ્રાણાયામનો યોગ્ય અભ્યાસ કેમ કરવો?

ઉ૦ યોગ્ય રીતે અભ્યાસ કરવો એટલે એક નાકમાંથી શ્વાસ અંદર લેવો અને તે શ્વાસ કેટલોક વખત અંદર સ્થિર કરવો અને ત્યા પછી બીજા નાકમાથી તેને ધીમે ધીમે બહાર કહાડવો પ્રાણાયામની ક્રિયા શિખનારને દૃઢ આસન મન શાંત અને પથ્યકારક મિત ભોજન કરવુ એમ કરનારને ગુરૂ ઉપદેશ કરે તે પ્રમાણે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ.

॥ अथासनेद्रढेयोगी वशीहितमिताशन ॥
॥ गुरुपदिष्टमार्गेण प्राणायामान् समभ्यसेत् ॥ १ ॥

પ્ર૦ પૂરક કુંભક અને રેચક એ દરેક કેટલી વખત કરવા?

ઉ૦ શિષ્યના અધિકાર ઉપર તે વાતનો આધાર છે સામાન્ય રીતે એક વાત લક્ષ્યમા રાખવાની છે અને તે એ કે રેચક એ હમેશા ધીમે ધીમે કરવો જોઇએ વેગથી કદી કરવો નહી વેગથી જો કરવામા આવે તો બળ નાશ પામે છે એમ યોગ શાસ્ત્રમા સ્પષ્ટ જણાવ્યુ છે અને તે વાત ખરેખરી યોગ્ય છે

પૂરક કરવાથી પ્રાણવાયુ અંદર જાય છે અને કુંભક કરવાથી અંદરનો વાયુ ખળભળે છે. વળી તે ખરાબ વાયુ બહાર આવવા તૈયાર થાય છે તેને રેચક કરી ધીમે ધીમે બહાર કાઢવો જોઇએ વેગથી જો બહાર કાઢવામા આવે તો ખળભળેલો અને ખરાબ થએલો વાયુ તેના સાથે પ્રાણવાયુ પણ બહાર નીકળી આવે તો તેનુ પરિણામ ખરાબ આવે તેમ છે માટે રેચક " હળવે હળવે કરવો જોઇએ

એવી રીતે પ્રત્યેક સધિ વખતે ૮૦ પ્રાણાયામ કરવા જોઇએ અને તે હિસાબે ગણીએ તો પ્રાત કાળ સાયકાળ, મધ્યાહ્નકાળ અને મધ્યરાત્રીનો કાળ એ ચાર કાળના ૩૨૦ કુલ થાય એ ત્રણસો વીસ પ્રાણાયામ દરરોજ કરતા ત્રણ માસ પુરા થય તો શરીર મળ રહિત ચોખ્ખું થાય છે એમ હઠયોગ પ્રદીપકારનો મત છે.

પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરતી વખતે આહાર વિહારના નિયમો ઘણા કડક પાળવા જોઇએ.

ગૃહસ્થાશ્રમી માણસને તે સાધવુ ઘણુંજ મુશ્કેલ છે તેથી દરેક સધ્યામા ચાર પ્રાણાયામ કરવા કહેલુ છે

ચાર પ્રાણાયામ હમેશ વિધિસર કરવામાં આવે તો શરીર નિરોગી બને પ્રાણાયામ યોગ્ય રીતીસર કરેલા હોય તોજ ઠીક નહિ તો પદ્ધતી બહારી કરવામા આવતા હોય તો શરીરને નુકસાન પહોચે છે

પ્ર૦ અર્ધ્યોત્ક્ષેપણનો શો હેતુ છે?

ઉ૦ મળમૂત્ર વિસર્જનથી માંડીને પાણાયામ સુધીની સર્વ ક્રિયા દેહ શુદ્ધ થવા વાસ્તે યોજી છે એ ક્રિયાએ કરીને શુદ્ધ થયા પછી "**अर्घ्योत्क्षेपण**" કરી શકાય છે

સૂર્ય મડલ અર્ધું હેાય ત્યારે એટલે કે પ્રાતઃકાળમા અને સાયંકાળ વખતે મોટા જળાશય ઉપર જઇને પાણીની અંજલી ભરીને પ્રણવ ૐનો ઉચ્ચાર કરી વ્યાહૃતિ સાથે ગાયત્રીનો પાઠ કરતા સુધી અર્ધા દેખાતા સૂર્યમંડલ સામે જોતા ઉભા રહેવુ અને ગાયત્રી મંત્ર પૂરો થયા પછી પાણી ઉપર ફેંકવુ એ પ્રમાણે ત્રણ વખત કરવુ એમ ગૃહ્યસૂત્રનુ વચન છે

પ્ર૦ તેમ કરવાનો હેતુ શો છે તે જણાવો.?

ઉ૦ જગતની અંદર સ્થાવર જંગમ–સર્વ સૃષ્ટિમા દેખતી ચૈતન્ય શક્તિનુ મૂળ કારણ સૂર્યનારાયણ છે સૂર્યનારાયણથી પ્રાપ્ત થતી શક્તિને લીધે સર્વ ચેતન કાર્યો બને છે. સૂર્યની ગરમી ન મળે તો વનસ્પતિ–ઝાડો વિગેરેનો વિકાસ થઇ શકે નહિ સૂર્ય પાસેથી ચૈતન્ય શક્તિ મેળવવા વાસ્તે વનસ્પતિ હમેશ પ્રયત્ન કરતી હોય છે, માણસમા રહેલુ ચૈતન્ય જે કામ કરે છે તેનું પણ મૂળ કારણ સૂર્યનારાયણ છે. ચૈતન્ય શક્તિ મેળવવા માટે માણસે ખાસ પ્રયત્ન કરવુ જોઇએ.

ચૈતન્ય શક્તિ ગૃહણ કરવાનુ સામર્થ્ય આંખમા છે.

પ્ર૦ સૂર્યનુ તેજ આખ કેવી રીતે લઇ શકે છે?

ઉ૦ સૂર્ય મ ડળનેા પ્રકાશ પૂર્ણપણે ખીલે છે ત્યારે સૂર્ય સામે જોવાતું નથી જડથી કદાચ કેાઇ જુએ તેા તેની આખને વિકાર થાય છે. તેથી સૂર્ય મ ડળ અધુ હેાય તે સમયે એટલે પ્રાત કાળ અને સાયકાળ વખતે તેના સામે જોઇ શકાય છે તે વખતે અ જલી ભરીને પાણી લેવુ અને તે અંજલી ભરેલા જલમા—"સમાન્તર રેખામા" સૂર્ય મ ડળ જોવુ એમ ગૃહ્યસૂત્રકારના ભાવાર્થ છે

સૂર્ય મ ડળ સામે જોતા પાણીનેા ઉપયેાગ કરવેા એ વધારે ફાયદા-કારક છે કારણ કે પાણીમા 'વહ્નિભવન" અને "તેજોવહના"—તેજનુ સહનકરવાપણું એ બે ગુણ સમાએલા છે પૂરા પ્રકાશેલા સૂર્ય મ ડળ સામે કેવળ નેત્રથી જોઇ શકાતુ નથી પણ પાણીમા પડેલા પ્રતિબિંબને જોઇ શકાય છે તેથી સૂર્ય જોવા પાણીનેા ઉપયેાગ કરવેા જોઇએ.

કાળા કાચ વગેરેના સાધનથી પણ સૂર્ય સામે જોઇ શકાય છે એ વાત ખરી પણ તેવા ઇતર સર્વ પદાર્થો કરતા પાણીમા "તેજોવહતા" નેા ગુણ વધારે હેાવાથી પાણી એ તેજનું ગ્રહણ કરી શકે છે અને ગરમી શાંત કરે છે ખાસ થડીના દિવસેામા પણ નદી અને કુવાનાં પાણી સવારે ગરમ હેાય છે અને ઉન્હાળાની મહુ ગરમી વખતે નદી-કુવાના પાણી થંડા હેાય છે તેનુ કારણ પાણીની અદર રહેલા "તેજોવહના" નેા એજ ગુણ છે

પાણીના એ બે ગુણેાને લીધે આપણા મહાત્માએાએ તેનેા ઉપયેાગ કરવા કહ્યુ છે

અંજલીમા ભરેલા પાણીની "સમાંતર રેખામા" અર્ધાેદિત—(અર્ધા પ્રકાશેલા) સૂર્ય મંડળ સામે પ્રણવ સાથે એક ગાયત્રીનેા પાઠ થાય ત્યા સુધી જોવુ અને તે પાણી ઉપર ફેંકવુ

ગાયત્રીનેા એક પાઠ થતાં સુધી સૂર્ય મંડળ થેાડું વધારે પ્રકાશે છે. અને તેની ગરમી પણ થેાડી વધે છે એ ઉષ્ણતાથી થતા નુકસાનને અટકાવવા માટે પાણી ઉપર ફેંકવાનેા વિધિ બતાવ્યેા છે.

ઉપર ફેંકેલા પાણીના છાટા હવામા મળે છે અને તે છાટા પોતાના "વહ્નિભવન" ના ગુણને લીધે સૂર્યની ઉષ્ણતા શાન્ત કરે છે.

વળી એ છાટાઓમા "તેજોગ્રહતાનો ગુણ હોવાથી તેજ ગ્રહણ કરવામા મદદ કરે છે તેથી અંજલીનું પાણી ઉપર ફેંકવા બતાવ્યુ છે એવી રીતે બીજીવાર પાણીની અંજલી ભરી તેમા સૂર્યનુ બિંબ જોતાં ગાયત્રીનો પાઠ પ્રણવ સાથે થાય ત્યા સુધી બોલવુ અને તે જલ ઉપર ફેંકવું

એવી રીતે ત્રીજીવાર પણ તેમ જ કરવુ

એ પ્રકારે ત્રણવાર કરવાથી તે વિધિને "અર્ઘ્યોત્ક્ષેપણ" કહે છે

એ શિવાય બીજા ઉપાયોથી સૂર્યનુ તેજ ગ્રહણ કરી શકાય છે તેમજ સૂર્ય મંડળ સામે અભ્યાસ કરનારા પણ કેટલાક લોકો છે પરંતુ એ અભ્યાસ સૌથી બની શકતો નથી. તે સૌથી સુગમપણે કરતાં આવડે એવી આ "અર્ઘ્યોત્ક્ષેપણ" ની પદ્ધતિ મહાત્માઓએ બતાવી છે

એ પદ્ધતિમાંથી આધુનિક શાસ્ત્રકારોએ તેમના મતે પાણીમા રહેલા "વહ્નિભવન" અને "તેજોગ્રહતા" વાળા ગુણોનો તેમણે ઉપયોગ કરેલો જણાય છે

પ્ર૦ જપનો હેતુ શો છે? તથા મંત્રનો હેતુ અને સામાન્ય અર્થ શો છે તે કહો?

ઉ૦ "अर्घ्योत्क्षेपण" થયા પછી (सावित्रिंयाजयतोजपेत्) એ ગૃહ્યસૂત્રના વચન પ્રમાણે ગાયત્રીનો જપ કરવો જોઇએ.

ગાયત્રી મંત્રમા સૂર્યનુ વર્ણન છે અને સૂર્યનું ધ્યાન બતાવ્યુ છે પૂર્વે વિશ્વામિત્ર ઋષિએ ગાયત્રી મંત્રનો જપ કરી બ્રાહ્મણ થયા હતા તેથી એ મંત્રના દ્રષ્ટા વિશ્વામિત્ર છે

ગાયત્રી મંત્રના જપ કરનાર બ્રાહ્મણોને અને ઉપાસકોને બ્રહ્મત્વ પ્રાપ્ત થાય છે તેથી દરેક દ્વિજોએ તેનો જપ કરવો જોઇએ બ્રાહ્મણના બાળકને જનોઇ દીધા પછી ગાયત્રીનો ઉપદેશ કરવામા આવે છે ત્યારે બ્રાહ્મણ થાય છે.

ઉપનયનના બીજા સંસ્કારોમાંથી જો કે ઘણા તદ્દન બંધ જ રહી આજ કાલ તે સંસ્કારો કેવળ નામના જેવા થઇ પડ્યા છે તો પણ તે સર્વ સંસ્કારોનો મુખ્ય હેતુ જે ગાયત્રીનો ઉપદેશ કરવામાં આવે છે તે સુભાગ્યે હજુ પણ કાયમ રહેલો છે ગાયત્રી મંત્રનો જપ દ્વિજાતિવર્ણ યથાશક્તિ કરવો અને એ અને સૂર્યનારાયણનું ધ્યાન કરવું જોઇએ સૂર્યના ધ્યાનનું મહત્વ અમો થોડું પ્રથમ કહી ગયા છીએ વેદ કહે છે કે "**सूर्य आत्मा-जगतस्तस्थुषश्च**" સ્થાવર જંગમનો આત્મા સૂર્ય છે સૂર્ય એ પ્રત્યક્ષ બ્રહ્મ છે "**असावादित्यो ब्रह्म**" સંધ્યોપાસના કરનારાઓએ બ્રહ્મની તીવ્ર ભાવના કરીને તેનું એકાગ્રચિત્તે ધ્યાન કરવું જોઇએ

પ્ર૦ ધ્યાન કરવાથી શો ફાયદો થાય છે

ઉ૦ ધ્યાન કરવાથી ધ્યાન કરનારના શરીરમાં જે વસ્તુનું ધ્યાન કરેલું હોય તે વસ્તુના ગુણો પ્રગટે છે અને તે તેને સજ્જનો અનુભવે છે "**यो यच्छ्रद्धः स एव सः**" ઇત્યાદિ વચનોથી અને ભગવત્ સ્વરૂપ સંત મહાત્માઓના વચનોથી એની ખાત્રી થાય છે

પૂર્વે વિશ્વામિત્રઋષિએ નિરાકાર બ્રહ્મનું સ્વરૂપ આદિત્યની મૂર્તિરૂપે કલ્પીને સૂર્ય એ સાક્ષાત બ્રહ્મ છે એવી દૃઢ ભાવના કરીને તેનું ધ્યાન કરવાથી તપની સિદ્ધિ મેળવી હતી એ સુપ્રસિદ્ધ વાત છે તેથી દરેકે "ગાયત્રીમંત્રનો જપ" કરવો જોઇએ

ગૃહ્યસૂત્રકાર કહે છે કે "**सावित्रीं वाग्यतो जपेत्**" સાવિત્રિ સૂર્યનું જેમાં વર્ણન છે એવી ગાયત્રીને જપ **वाग्यत** વાણી બંધ કરીને કરવો જોઇએ શ્રી સદ્ગુરુ નૃસિંહ સરસ્વતી સ્વામિ શ્રી ગુરુચરિત્ર । કહે છે કે મન અને પ્રાણને વશ કરીને જપ કરવો જોઇએ, વાણીનો નિગ્રહ કરવો જોઇએ મન અને પ્રાણોનો નિગ્રહ જપ કરવાથી થાય છે એ શિવાય મન અને પ્રાણનો નિગ્રહ કરવાનો સરળ માર્ગ નથી જપ કરતી વખતે ધ્યાનમાં એકમના થવાથી શરીર નિશ્ચલ થાય છે એ લે કે શરીરની તમામ ક્રિયાઓ બંધ થાય છે અને શબ્દનો ઉચ્ચાર કરવો પણ બંધ થાય છે વળી ધ્યેયની જેમાં સ્તુતિ છે એવા મંત્રનો ઉચ્ચાર પણ મનવડે થવા માંડે છે

મન અને પ્રાણનો નિગ્રહ કરવાનું સામર્થ્ય જપ યજ્ઞની અંદર છે અને યજ્ઞોમાં નવા તેના જપને "यज्ञानां जपयज्ञोऽस्मि" એટલે કે સર્વ યજ્ઞોમાં જપ યજ્ઞ એ મારી વિભૂતિ છે એમ સ્પષ્ટ કહ્યું છે એવિરીતે બહાર દેખાતા સૂર્યરૂપ બ્રહ્મને [illegible] ધ્યાન કરીને ગાયત્રીનો જપ કરવો એ બ્રહ્મ પ્રાપ્તિનો માર્ગ [illegible] ગાયત્રીનો જપ કરવો જોઇએ એમ આચાર્ય [illegible] કહ્યું છે તેટલા માટે [illegible]પાસનામાં તે ગાયત્રીની યોજના કરેલી છે

પ્ર૦ બ્રહ્મના પ્રતિનિધિ તરીકે સૂર્યને કેમ લીધો છે? આત્મા-બ્રહ્મ નિરાકાર છે નિર્ગુણ છે સર્વ ઉપાધીથી રહીત છે એમ વેદાંત કહે છે અને સૂર્ય તો સાકાર, સગુણ અને ઉપાધીવાળો છે એ પ્રત્યક્ષ દેખાય છે ત્યારે નિરાકાર નિર્ગુણ અને નિરૂપાધિવાળા આત્માનું પ્રતિક સાકાર સગુણ અને સોપાધિક સૂર્ય કેમ મનાશે?

ઉ૦ તેનો ઉત્તર પ્રથમ એ છે કે સૂર્ય એ સાકાર, સગુણ અને સોપાધિક છે એમ તમને તમારી બુદ્ધિની સમજથી જણાય છે સૂર્યનો જે ગોળ આકાર તમને દેખાય છે તે તેવો [illegible] છો

ઉષ્ણતા ઇત્યાદી જે તેના ગુણ તમારા અનુભવમાં આવે છે તે તેના જ છે એમ તો કહો છો સૂર્યનો ઉદય અને અસ્ત [illegible] તમને પૂર્વ અને પશ્ચિમ [illegible] દિશાઓમાં [illegible] એમ તમે જો[illegible] છો પણ ખરી રીતે સૂર્યના [illegible] દેશ અને કાળ છે કે નહીં અને [illegible] તમારી સમજમાં આવી શકે તેમ નથી તેમ તમારી પોતાની સમજ પ્રમાણે [illegible] સૂર્યના ગુણ છે તેમ કહો છો પણ સૂર્ય ફરતો નથી તે તો સ્થિર છે અને પૃથ્વી તેની પાછળ ફરે છે એ સિદ્ધાંત આજ [illegible] માનેલો જાય છે એ ધ્યાનમાં રાખતાં [illegible] તો તમારી પોતાની સમજ કલ્પી માની છે તે તમારેજ મોઢે કબુલ કરવું પડશે ખરે[illegible] તમારી સમજ [illegible] તેથીજ રહેલી તેની ખામી તમે સૂર્યનેજ આપતો? ત્યારે સૂર્ય સાકાર સગુણ અને સોપાધિક છે [illegible] પ્રશ્નનો ખોટું પડ્યું.

એકતાના પાયાપર રચેલી શંકાપણ પ્રબળ ગણાશે નહીં કદાચ તમો સૂર્ય સાકાર સગુણ અને સોપાધિક છે એમ કહેશો તો પણ બ્રહ્મની ઉપાસના માટે સૂર્ય સમાન બીજુ તેજસ્વી પ્રતીક મળી આવશે નહીં એ વાત થોડા વિચારોથી તમને સ્પષ્ટ દેખાશે બ્રહ્મ પ્રાપ્તિ માટે ઉપાસના કરનારની હોવાથી કોઇ પ્રકારનું અવલંબન (ધ્યાનનો આધાર લેવાની) કરવાની જરૂર રહેશે તેટલા માટે વૈદિક ઉપાસનામા મન આકાશ ચન્દ્ર વરુણ વાયુ ઇત્યાદિ પ્રતીક અને પૌરાણિક ઉપાસનામાં દેવોના પ્રતિકો અને આધુનિક ઉપાસનામા રામકૃષ્ણ વિઠ્ઠલના પ્રતિકો માનેલા છે પણ તે ઇતર પ્રતીકોમા બ્રહ્મપ્રાપ્ત કરવાનુ સામર્થ્ય છે તે આ ગુને આપણી કલ્પનાથીજ ઠરાવવું પડશે પણ સૂર્યમાં તો બ્રહ્મપ્રાપ્ત કરી આપવાનુ સામર્થ્ય છે તે પ્રત્યક્ષ અનુભવાય છે. સૂર્ય સ્થાવર જંગમનો આત્મા છે એમ વેદ કહે છે. અને તે વાત આધુનિક સર્વ શાસ્ત્રોને સમ્મત છે વળી જો સૂર્યનો અભાવ થાય તો જગતની કેવી સ્થીતિ થાય એ વાત પણ ખુલ્લી સમજાય તેવી છે એવી રીતે સૂર્ય સ્થાવર જંગમને ઉત્પન્ન કરનારો પાલન કરનાર તથા અંત લાવનારો છે એ સ્પષ્ટ છે. તો પછી તેનો આ સૂર્ય "**जन्माद्यस्य यत**" ઇત્યાદિ બ્રહ્મસૂત્રોએ વર્ણન કરેલું છે બ્રહ્મ કે જે જગતની ઉત્પત્તિસ્થિતિ અને નાશના હેતુ રૂપ છે તેનુ પ્રતિક માનવુ સર્વથા યોગ્ય છે સર્વનું આદિ કારણ જે આત્મા તેની પ્રાપ્તી કરી આપવાનું સામર્થ્ય સ્થાવર જંગમના આત્મા સૂર્યમાજ છે બીજાં પ્રતિકોમા નથી બીજા પ્રતીકોમા સામર્થ્ય એ છે કે તે કેવળ કલ્પનાથીજ માલુમ પડશે પણ સૂર્યમાં જે સામર્થ્ય છે તે પ્રત્યક્ષ અનુભવાય છે તેથી ભૈતિક "સંધ્યોપાસનામા" મહાત્માઓએ સૂર્યનીજ ઉપાસના કરવાનુ બતાવ્યુ છે અને બીજા પ્રકારોની સંધ્યોપાસના કરવાનો જેને અધિકાર નથી તેણે આ ભૈતિક સંધ્યામાની કાલ વાચક સંધ્યોપાસના કરવાથી તેને બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થશે

એ પ્રમાણે સંધ્યોપાસનામાં "અર્ધોત્ક્ષેપણ અને જપ થયા પછી **नमोस्त्वनंताय सहस्रमूर्तये**" ઇત્યાદિ શ્લોકો વડે હજારો મૂર્તિ ધારણ કરનારા તેમજ હજારો પગથી શોભનારા અને હજારો પ્રકારના યુગોના આધારભૂત અનંત-સદાકાળ રહેનાર પુરૂષ તેને નમસ્કાર કરવો અને

ગોબ્રાહ્મણેભ્યોશુભંભવતુ ગાય અને બ્રાહ્મણોનું કલ્યાણ થાઓ એવો સ્વાર્થ રહીત અને કેવળ પરમાર્થથી યુક્ત આશિર્વાદ ઇચ્છીને સંધ્યા કર્મનું વિસર્જન કરવું.

—ઉપસંહાર—

એ પ્રમાણે દિવસ અને રાત્રીની સંધિમાં કરવાનો પ્રકાર કહ્યો તેથી શરીર નિરોગી થાય છે મનની ચંચલતા નાશ પામીને એકાગ્રતા વધે છે અને છેવટે બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાય છે એ સંધ્યોપાસના દરેક દ્વિજાતિ વર્ણે કરવી જોઇએ એમ આપણા શાસ્ત્રકારોની આજ્ઞા છે અને તે આજ્ઞા પાલન કરવી એ આપણો પરમ ધર્મ છે તેને ન પાળવામાં આવે તો કર્તવ્ય ભ્રષ્ટતાનો ભયંકર દોષ આપણને લાગશે એ પ્રમાણે સંધ્યોપાસનાનો તાત્વિક માર્ગ તેના જુદા જુદા પ્રકાર અને વ્યવહાર સંધ્યોપાસનાનું વિવેચન યથાશક્તિ કર્યું છે તો તે આ વાણીરૂપ યજ્ઞ શ્રી બ્રહ્મને અર્પણ થાઓ।

સમાપ્ત.

સઘળા પુસ્તકના છેલ્લા સાધારણ ફોર્મ થી "પ્રેમ પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ"

હીમતનગરમાં મેનેજર નરસીહ રાયચંદ પટેલે છાપ્યા

ગોત્રવાદ અને છેલ્લો નિર્ણય.

વડાલી જ્ઞાતિમા નિલોઇયાદવે અને ડુંગરીઆદવેની આ પરસ્પર થતા લગ્ન વિષે ભાઈ ખમાશંકર જયદેવરામને સગે લગ્નનો (સયમ) સશય પેદા થયો હતો તેથી તેમણે ઉપરો પરસ્પરનાં લગ્ન થતા અટકાવવા ઘણા આક્ષેપ વિક્ષેપવાળ પત્રો લખી સયમને બહાને ધર્મશાસ્ત્રના નિર્ણયનો ડા બતાવવા પ્રયત્ન આદર્યો હતો તેના સમાધાનમા અમા તરફથી "ગોત્રનિર્ણય પત્રીકા' બહાર પાડી હતી તે જવાબમા તેઓ તે વાત સાથે મળતા થયા અને એ છેલ્લા પત્રથી બન્ને દવેના ગોત્રો વગર સમજથી એ બોલાય છે એમ કબુલત આપી ગોત્ર નિર્ણયની મહેનતના બદલા માટે "સભાષ્ય પાતંજલ યોગદર્શન' નું પુસ્તક ભેટ તરીકે મોકલાવી કૃતજ્ઞતા બતાવી છે, એ ખુશી થવા જેવું છે

અમો જણાવીએ છીએ કે વગર સમજે શાસ્ત્રનિર્ણયની વાતને વાદના રૂપમા લાવી પ્રાયશ્ચિત્તો લખવાં એ સાહસ ગણાય શાસ્ત્ર કહે છે કે, तत्पाप शतधा भूत्वानद्व क्तृननुगच्छति—

ઈત્યલં

ગણુપતિશંકર જયશંકર શાસ્ત્રી.

વડાલી